



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W4CZ307775	ImageGroup:	I4CZ308282
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	སུམ་ཅུ་པའི་སྟིང་པོ་ལེགས་ལའད་ལྗོན་དབང་། sum cu pa'i snying po legs bshad ljon dbang /
Author:	ངག་དབང་བློ་བཟང་ ngag dbang blo bzang
Descriptor:	copy made available from the library of tibetan works and archives; ltwa acc. no.2629
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	new delhi
Publisher:	khang dkar don grub tshe ring /
Date:	1985
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006.

2629

2629

ཕུམ་ཕུམ་ཡི་འདི་ཡོད་ཅེས་པ་འགྲེལ་།
ཕུམ་ཕུམ་ཡི་འདི་ཡོད་ཅེས་པ་།

ཆ་ཕུམ་ཡི་འདི་ཡོད་ཅེས་པ་འགྲེལ་།

ཆ་ཕུམ་ཡི་འདི་ཡོད་ཅེས་པ་འགྲེལ་།

2629

1985

ཨྫྱ གངས་ལྷོངས་སུ་བགྱིན་མཚུངས་མེད་བདག་གི་སྒྲུབ་ཆ་.....
 སྒྲུབ་དག་དབང་སྒྲོ་བ་ཟུང་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་སྤྲུགས་བརྟེ་བ་ཆེན་པོས་
 བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཉམས་པ་གསེར་འཕྱུང་རྒྱུན་.....
 གནས་ཡོང་ཆེད་སྐྱེད་ལ་སྒྱུར་བཞེས་ཀྱིས་སུ་མ་རྟགས་སོགས་རིག་གནས་
 སློབ་འབྲིད་རྒྱ་ཆེ་གནད་བཅི་བརྗོད་ཀྱི་མི་ལང་། རྒྱུད་དུས་བདག་ལའང་
 བ་ཡུལ་སྒྲ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་སར་ཆུ་རིན་པོ་ཆེ་ལེན་ལ་མངའ་ནས་ལེགས་བཤད་
 རྒྱུན་དབང་དང་། དཀའ་སྤྲད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་གི་སློབ་འབྲིད་ཟབ་.....
 རྒྱས་ཞུ་རྒྱུ་ལོ་གོ་སྐབས་བྱུང་ཐོག་སྐལ་བ་བཟང་པོར་སྒྲེ་མ་ཁིང་། འཛུཾ་
 རྒྱུད་པའི་རང་ཡུལ་བཞག་ནས་གཞན་ཡུལ་དུ་མི་འདོད་བཞིན་བཅོན་.....
 འབྲེལ་ལ་ཡོང་སྟེ། ལོ་མང་སོང་ཁིང་བགྱིན་ཅན་གྱི་ཆུ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་.....
 བཀའ་འབྲིད་གནད་བའི་ཟེན་ཐོ་ཅམ་ཡང་མཇུག་མེད་ལུས་། དལ་མ་
 སློབ་དུ་བྱམས་པ་ཐོགས་མེད་ནས་དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་གྱི། བར་
 བསྐྱུན་གནད་བའི་ལེགས་བཤད་རྒྱུན་དབང་གི་དེབ་རྒྱུང་འདི་མཇུག་མེད་
 དག་འཕྲོད་དང་བཅས་རྒྱུད་དུས་རད་ཁིང་ལ་སློབ་འབྲིད་གནད་བརྒྱམས་སྤང་
 དེར་དྲན་བཞིན་བགྱིན་གྱི་ཆ་ཤས་ཅམ་གསལ་བྱིར་འཕྲུལ་བར་ཐོག་བར་

གྲེགས་བཅའ་འཛིན།

གང་དག་གི་དཔེ་བཅའ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

བསྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན།

འགྲོ་ཆོག་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

དབྱེད་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན།

འབྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན།

མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་པེ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

རལ་གྱི་བསྐྱེད་ཆེན།

གདོད་ནས་དག་ཅིང་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

རྒྱ་གར་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན།

བུ་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན་པ་མ་འདྲི་བ་ལྟར་འཛོམས་སྐྱུག་.....

འཛོམས་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན།

ཨོཾ་མཎི་པཅའ་བྷཱཾ།

བུ་སྐྱེད་ཆེན་གྱི་མཛུགས་པེ་འཛིན་པེ་འཛིན།

བདག་སྒྲིལ་གྱི་ཕྱག་ལྷན་པ་རབ་བསལ་ནས། ། །
 བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་རྟོན་པ་ཡི། །
 སྒྲོ་སྒྲོ་སྒྲོ་བས་པའི་སྒྲུང་བཅུ་ལ་དུ་གསལ། ། །

ལན་གསུམ།

དེ་ནས་སྒྲོ་བམ་ཚན་དངོས་གཞི་སྒྲོ་བ་ལྟེན་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་
 བ་གནང་ཞིང་། འཛིན་གྲུ་སྒྲོ་ལ་ཁར།

གངས་རིར་བའི་སྒྲོར་བའི་ཞིང་ཁམས་འདིར། ། །
 བཅད་དང་བདེ་བམ་ལུས་ལྷུང་བའི་གནས། ། །
 སྒྱུར་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ཡི། །
 ཞབས་པད་སྤྱིད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག ། །

ལན་གསུམ།

ཡམ་བཞེངས་ཀྱི་འཛིན་པོར་གྱས་འདུད་བཅས་འཛིན་སྒྲོ་བའི་ལམ་
 སྒྲོ་བ་བཟང་པོར་དྲན་གསེལ་ཞུ་བའི་ན་པར་སྒྲོ་བ་ལུང་གསལ་མཐར་འཁོད་པ།

ཁང་དཀར་དོན་གྲུ་བཅོེ་འདི་གིས་ ༡༩༨༥ ཟླ་ཚེས་ལ།
 ༣ ༡༥

༡༩། །པོད་སྒྲིབ་མ་ཉིན་རིམ་གསལ་པ་འགྲུར་ཁང་གི་ལས་
 བྱེད་པ་སྒྲིབ་གསལ་མེ་རུ་སྒྲིབ་ཁའི་འཛིན་གྲུ་དང་པོར་སྐུམ་ཅུ་་་་
 པའི་ཉིང་པོ་ལེགས་བཤད་སྒྲིབ་དབང་ནས་བཅུ་མས་ཏེ་རིག་གནས་
 ལག་བྱིད་གཏོར་སྐབས་ཀྱི་ལས་སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱིད་རྒྱན་་་་
 ཟིན་ཤིས་རང་སྒྲར་གང་ངེས་ནམས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གི་དུས་སྐབས་ས་་་
 མར་ཤིས་པར་ཤོག་རི་བོ་ཏེ་ལས་དེ་ལས་སྐུམ་ཅུ་པའི་ཉིང་པོ་འི་
 ཟིན་ཤིས་ཆ་ཆར་སྒྱུགས་བསྐྱས་བཞིས་པ་འདི་ལ་འཛིན་གྲུའི་ནང་
 གི་སྒྲིབ་བྱ་ཆར་མས་མཐིན་དབྱངས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་བསྐྱལ་མ་ཆེ་
 ཞིང་། འཛིན་གྲུའི་འགོ་བྱིད་ལས་བྱེད་དང་བཅས་པས་དེར་དུས་
 དང་མཐུན་པའི་གོ་བདེ་ཁ་གསལ་རྒྱ་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་དགོས་་་་
 མན་གཙོར་འདྲན་བྱས་པ་འདི་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གནང་མི་མང་པོ་
 བྱུང་ཉེ་མས་མཐུན་ནམས་ནས་འབྱེར་སྐབས་བདེ་བ་ཡོང་ཆེད་ཁ་
 སྐྱར་བཙོས་སྒྱུར་བྱ་འོས་བྱས་ཏེ་ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་གངས་་་་
 ཅན་ཤིས་རིག་གི་རྒྱན་བཟང་འཕེལ་རེ་ཉིག་ཅིག་མ་གཏོགས།

རང་ཉིད་སྒྲིག་པའི་ཁངས་སེམས་སྒྲིག་ཀྱང་དྲི་བཅས་ཀྱིས་་་
གཏན་ནས་མ་སྒྲགས་པའི་དབྱིས་བསྐྱེད་མཚོད་སྒྲིན་དུ་བར་བསྐྱུན་
བཅུས་པ་ལགས་ན་གཟིགས་བཞེད་གནང་མི་ནུམས་ནས་ཆིག་དོན་
གང་ཅིར་སྒྲིན་སེལ་བཀའ་བསྐྱབ་རིགས་ངེས་སྒྲིལ་ཡོང་བ་བཅས་་
འགོད་པ་པོ་ཆ་སྒྲུལ་རག་དབང་སྒོ་བཟང་ནས་རབ་གྲུས་དྲང་བ་
ཆེན་པོས་བྱ་བཞིན་དུ་ཡོད།

དེ་ནས་བྱིས་པ་དག་ཡིག་དང་། ལུས་ཅུ་པའི་སྒྲིང་པོ་
ལགས་བཤད་སྒྲིན་དབང་། ཉགས་འཇུག་གི་སྒྲིང་པོ་དཀའ་
གནད་གསལ་བའི་མེ་ཡོང་། ལུས་ཉགས་ཅ་བ། དག་ཡིག་རག་
སྒྲིན་མ་སྒྲགས་དག་ཡིག་ཁག དགྲུ་མཐུལ། ཆ་ཕྱན། འབྲན་
ཅིས། ཆ་གྲངས། སྐར་གྲངས་ལ་སྒྲགས་པ། ཉན་རག་མེ་
ཡོང་མ་བཅས་སྐབས་བསྐྱུན་སྒོ་འཛིན་དགོས་རིགས་ནུམས་འཛིན་
ལྷ་ཆུགས་ཐེངས་རེར་ཆིགས་བཅད་ཀྱང་བཞི་རེ་བསྐྱར་ཆགས་སྒོ་
འཛིན་བྱེད་དུ་འཇུག སྒོ་བ་ཆན་དུ་བསྒྲིགས་པའི་ཟིན་བྱིས་དངོས་
གཞི་ནས་རི་ལྟར་འཆམས་པ་རེ་བྱིས་པར་ཐོག་བཀོད་པ་ནུམས་་་
བཤར་བཅུག་ནས་ཕྱག་ལེན་ལྟར་སྒོ་ལ་འཇགས་ངེས་ཁྱིད་དེ་་་་་
ཆུགས་ལེན་ཆེ་ཆུང་དང་འབྲེལ་བའི་ཡར་བསྐྱེད་ཐོན་ངེས་བྱེད།

ཡིད་པའི།

[illegible]

བྱེད་པ། མི་དམངས་དམངས་ཚོགས་སྐོས་ལས་དང་པོ་བ་རྒྱལ་ལ་ལག་
 བྱེད་བཏང་ན་མི་ཚོས་པ་མེད་པར་སྐྱམ། འོན་ཀྱང་རྩལ་པ་པོས་སྐྱེ་འབྱུང་
 དེ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ། ཞེས་པའི་གོ་སྐྱེའི་ལག་བྱེད་དེ་བ་ཅིག་རྩལ་སྐྱིག་.....
 མཇེད་འདུན་ཡོད་མཁས་སྒྲོ་བྱར་དུ་སྐྱེ་ཆེན་འཕེན་པ་རྫོགས་པ་དེ་ནི་ཏ་ཅང་
 འཕངས་པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཚོའི་རེ་འདུན་ནི་པོད་སྒྲོངས་མཁས་པ་དག་གིས་
 སྐར་ཡང་གོ་སྐྱེའི་པལ་སྐད་སྐྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ། ཞེས་པའི་
 ལག་བྱེད་ཆོག་སྐྱོན་དཔེ་གསར་ཞིག་བཅུ་མས་ན་གོ་སྐྱེའི་སྐྱེ་རྟགས་ལག་...
 བྱེད་ཆ་ཅང་ཞིག་ཡོང་བའི་དགོ་མཚན་ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་དམངས་ལའང་
 ཕན་ཐོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ཡིན།

ཨ་ བོ་གུར་མཁུ་སྒྲོ་ཁྱི་ཡ། ། སྐྱིག་པ་པོས།

སྐྱེ་མ་མཚོག་དང་དབྱེར་མེད་པའི།

འཇམ་དཔལ་དབྱེར་སྐྱེ་གུས་བཏུད་ནས། །

ཞེས་པའི་མཚོད་བརྗོད་དེ་དག་གི་འབྲེལ་བ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པར་སྐྱོབ་
 འབྲིང་གནང་ཡོད་ནའང་། རྒྱལ་མིས་ཆོས་ལ་རྗེས་དྲན་ཅིས་པོད་ཀྱི་རིག་
 གཞུང་ལ་དམར་འབེབས་སྐྱེད་བཅོས་བྱེད་ཀྱང་གིས་རྒྱ་ནག་དུ་པར་
 བསྐྱེད་སྐྱོབ་སྐྱེ་བཅད་བཏང་བ་དེ་དག་། དཔལ་པར་བསྐྱེད་ཐེངས་
 གཉིས་པའི་སྐྱེ་བས་ཁ་བསྐྱོད་སྐྱེ་བ་འདིས་ཀྱང་པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་
 ཉམས་པ་ཐད་ག་སོར་འཁུད་པའི་རྒྱུ་ཡུར་ཅིག ། །

ཁང་དག་རོན་སྐྱེ་བའི་རིང་གིས་ ༡༩༥༥ ལྷེ་ཆོས་ལ།

ཐུབ་ཚན་དང་པོ།

༺ ལམ་རྟགས་ཟེར་བ་འདི་ག་རེ་རེད།

ལན། ལམ་རྟགས་ཟེར་བ་དེ་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་རེད།

༺ པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ག་ཚད་ཡོད་པ་རེད།

ལན། པོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡན་དང་། ཅུང་པ་
ལྡན་པ་ཅས་འདྲ་ཡོད་པ་རེད།

༺ རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡན་པ་དེ་འདྲིན་སྒྲུང་ས་ག་འདྲས་བུས་ནས་
ཡང་དགོས་ཀྱི་རེད།

ལན། རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡན་ནི་སྐྱེ་རིག་པ་དང་། ཚད་མ་རིག་པ།
འཇོ་རིག་པ། གསུ་བ་རིག་པ། ནང་རིག་པ་པཅས་ལྡན་ཡོད་པ་རེད།

༺ རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྡན་དང་པོ་སྐྱེ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། སྐྱེ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་མི་གཤམ་པ་རྒྱུ་དུས་དོན་དག་གསལ་
པོར་ཤེས་ཐུབ་པའི་རིག་གནས་གཅིག་ལ་ཟེར་གྱི་རེད།

༺ གཉིས་པ། ཚད་མ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། ཚད་མ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་དངོས་ཡོད་སྐད་ཀྱི་དོན་དག་
གང་ཡིན་པ་རྣམས་རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ནོར་འཁྲུལ་མེད་ཅིང་། ཡང་དག་
པར་གཏན་འབེབས་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཟེར་གྱི་རེད། དཔེར་ན། འཕོ་དང་།

ཉ་ག བྱེ། གང་སྐབས་ཆད་ལྷན་ཡིན་མིན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་ནང་བཞིན་
རེད།

༥ གསུམ་པ། བཟོ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། བཟོ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་བཟོ་ལས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལུས་
བཟོ་དང་། རག་གི་བཟོ། ཡིད་ཀྱི་བཟོ་བཅས་གསུམ་ཀ་ཡོད་པའི་བྱ་ཆ་
བ་ཞིག་རེད།

༥ བཞི་པ། གས་བ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། གས་བ་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་སྐྱན་གཞུང་ལ་ཟེར་བྱི་རེད།

༥ ལྷ་པ། ནང་རག་པ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། ནང་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ་ཕྱེ་སྔད་གསུམ་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཟེར་
བྱི་རེད།

༥ རོ་ན། ཕྱེ་སྔད་གསུམ་པ་དེ་གང་འདྲ་རེད།

ལན། ཕྱེ་སྔད་གསུམ་ནི། མདོ་ཕྱི་ཕྱེ་སྔད་དང་། འདུལ་བའི་
ཕྱེ་སྔད། མདོན་པའི་ཕྱེ་སྔད་བཅས་གསུམ་ཡོད་པ་ནི་དེར་སང་གདན་ས་
ཁག་ལ་འཆད་ཉན་བྱེད་གཞི་དེ་ཆ་རེད།

སྐབ་ཆན་གཉིས་པ།

༥ བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཆུང་བ་ལྷ་པ་དེ་འདྲིན་སྤངས་གང་འདྲ་

རེད།

ལན། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྒྱང་བ་ལྟ་ནི། མངོན་བརྗོད་དང་གཅིག་
ལྟར་རྒྱུར་དང་གཉིས། ལྷན་ངག་དང་གསུམ། སྒྲིམ་གར་དང་བཞི། ལྷན་
ཅིས་དང་ལྟ་བཅས་ཡོད་པ་རེད།

༥ རོ་ན། དང་པོ་མངོན་བརྗོད་ཅིས་པ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། མངོན་བརྗོད་ལ་གྲངས་ཀྱི་མངོན་བརྗོད་དང་། མིང་གི་
མངོན་བརྗོད་གཉིས་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དག་མདོར་བསྟུན་ནས་བཤད་
ན། གྲངས་གནས་རེ་རེ་ལ་མིང་མི་འདྲ་བ་སྟེ་ཆོགས་ཡོད་པ་དང་།
བརྗོད་བྱའི་དོན་གནས་གཅིག་ལ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་མིང་མི་འདྲ་བ་སྟེ་ཆོགས་ཡོད་
པ་དེ་ལ་མངོན་བརྗོད་ཟེར་གྱི་རེད།

༦ གཉིས་པ། ལྟར་རྒྱུར་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། ལྟར་རྒྱུར་ཟེར་བ་དེ་ནི་གཞུང་དངོས་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ཡི་གེ་
དང་། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དག་ལྟར་ནས་རྒྱུར་བ་དང་། དེང་
སང་རྒྱ་ཡིག་དང་། བོད་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་དོན་དག་ལྟར་ནས་རྒྱུར་བ་སྟེ་གས་
རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་དང་བརྗོད་བྱའི་དོན་གཉིས་ལྟར་ནས་རྒྱུར་བ་ལ་ཟེར་གྱི་
རེད།

༧ གསུམ་པ། ལྷན་ངག་ཅིས་པ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། ལྷན་ངག་ཅིས་པ་དེ་ལྷན་ངག་གི་ལུས་རྒྱན་སྟག་གསུམ་དང་
འབྲེལ་བའི་དོན་རྒྱན་དང་། སྒྲ་རྒྱན་གྱི་རིམ་པ་དང་ལྟན་པའི་ན་བར་ལྷན་
ཞིང་། ཡིད་ལ་འབབ་པའི་རིག་གནས་གཅིག་ལ་ཟེར་གྱི་རེད།

༨ རོ་ན། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྒྱང་བའི་བཞི་པ། སྒྲིམ་གར་
ཞེས་པ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། སྒྲིམ་གར་ཞེས་པ་དེ་འཆམ་དང་། ལྟ་མ། ལྟངས་གིས་

མགས་འཁལ་མཐན་གྱི་མི་རྒྱུས་ནས་ཆས་གོས་མི་འབྲ་བ་སྤྲེལ་དྲི་ཡང་ཡང་
 རྫོགས་ནས་གར་འཁལ་བ་ཉུ་པུ་ལ་ཟེར་གྱི་རེད། འདིམི་ཁོངས་ཚུ་གཞས་
 དང་། ཞབས་ཕྱོ། སྤྲེལ་བྱངས་གཏོང་བ་མཇུག་ཀྱང་འབྲུ་བ་རེད།

༥ ལྟ་བུ། རྒྱ་རྩིས་ཞེས་པ་དེ་ག་རེ་རེད།

ལན། ལྷ་ཅིས་ཞེས་པ་དེ་ཅེས་གྲངས་དང་། བཟའ་ལྷ་ར།
 འཕྲོད་ཅིན། འཕྲོད་ཅུང་སྐབས་ལེགས་ཉུས་བཅི་བའི་རྒྱ་གནས་གཅིག་
 ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་ལྷ་ཀྱི་རི་མུ་ཞེས་པ་དེར་ཁོད་ལྷ་ལ་ལེ་སྟ་
 ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར།

[illegible]

ॐ नमः शिवाय नमः

ཡུལ་རྟགས་ཞེས་པ་འདི་པོ་དེ་གི་རྒྱ་རིག་པ་ཡིན། ཡུལ་ཅུ་པ་དང་།
རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཤེས་ཀྱི་མིང་པ་ཡིན་ན་ཡུལ་རྟགས་ཞེས་ཟེར་གྱི་རྟེན།

[illegible]

ཕྱི་ལོ་ལྷ་མ་དེ་ལྷ་འདྲ་ཞིག་ལ་རེད།

[illegible]

མོན་མིས་བཅམས་པའི་མོད་ཀྱི་མྱ་གཞུང་ལ་ཕྱེས་ཆུ་པ་དང་།
རྟགས་འཇུག་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་པ་རེད་དམ།

ལན། མོན་མིས་བཅུ་མས་པའི་པོད་གི་སྒྲིག་གཞུང་ལ་ལེ་ཆན་བརྒྱད་
ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་། དེ་དག་གི་ནང་ནས་དང་པོ་སྐུམ་ཅུ་པ་དང་།
དྲུག་པ་དྲུག་ས་འཆུག་གཉིས་མ་གཏོགས་དེ་འཕྲོས་དྲུག་པོ་སྒྲིང་དར་གི་……
སྐབས་སྐྱེ་བ་ནས་བྱ་སྤྱོད་ཆོས་རྒྱུང་མ་རྟེན་པ་རེད།

༥ ལྷ་མ་ཀུན་གྱི་གཞུང་དེ་བཅུ་མཉམ་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༥༥༥་དང་།
ཐོད་མེ་སྤྱི་ལོ་བར་ལ་ལོ་གཙོད་མང་བ་རེད།

ལན། འདི་ལོ་འོ་པ་ལ་རབ་ལོ་ ༡༩༩༩ (ཁྱི་ལོ་ ༧༥༩༥ ལོ་ ༡༩༥༧ ལོ་འོ་
བར) ཁྱི་ལོ་ ༧༥༩༥

॥ འོ་ན། ཡུལ་ཁུ་པའི་སྤྱང་པོ་ལེགས་པའདྲ་ལྡན་དཔང་དང་།
རྟགས་འཇུག་གི་སྤྱང་པོ་དཀར་གནད་གསལ་པའི་མེ་འོང་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་
ཙམ་མཐར་དེ་ཡུ་ཡིན་པ་རེད།

ལན། དེ་གཉིས་ཚུམ་མཁན་དེ་དངུལ་ཆུང་ཟླ་མོག་བར་པ་དབང་ལ་
ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྒྱུ་པ་དེ་རེད།

༥ རྒྱ་ནང་། དེ་གཉིས་པུཌ་མས་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥དང་། བོད་

མེ་སྤྲི་མའི་བར་ལ་མ་ག་ཚད་སང་བ་རེད།

ལན། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༡ ལོར་ལེགས་བཤད་ཚུན་དབང་བཅམས་ནས་བོད་
རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་སྤྲི་མའི་བར་ལོ་ ༥༥ དང་། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༣ ལོར་
དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་སྤྲི་མའི་བཅམས་ནས་བོད་མེ་སྤྲི་མའི་བར་ལོ་ ༥༩
ཅམ་ཞིག་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད།

འདྲིའི་བར་འཛིན་གྲུ་དང་པོ་དང་། འཛིན་གྲུ་གཉིས་པ་གཉིས་
གཅིག་སྤྱི་ལོ་གྱི་སྐབས་ལ་ཁྲིད་བཏང་བའི་སྤྱབ་ཆན་གཅིག་པ་རེད།

(འདྲིའི་མཚམས་ནས་བཟུང་འཛིན་གྲུ་དང་པོ་དང་། འཛིན་
གྲུ་གཉིས་པ་གཉིས་ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ཚུ་ཆད་མཐོ་དམའི་སྒྲ་
ནས་སྤྱབ་ཆན་ཁག་ཁག་བྱས་ནས་ཁྲིད་གཏོང་དགོས།)

སྤྱབ་ཆན་བཞི་པ།

སྤྱམ་ཚུ་པའི་སྤྱིང་པོ་ལེགས་བཤད་ཚུན་དབང་གི་ཁྲིད་གཏོང་གི་ཡིན།
སྤྱིར་བཏང་ཁྲིད་ལ་བཤད་ཁྲིད་དང་། སྤྱམས་ཁྲིད། རྒྱུང་ཁྲིད། དམར་
ཁྲིད། མཚུབ་ཁྲིད། ལག་ཁྲིད་བཅས་ཡོད་པའི་ནང་གི་ད་རེས་ལག་ཁྲིད་
ཐོག་ནས་འཁྲིད་དགོས་ཀྱི་འདུག ཁྲིད་དངོས་གཞི་ལ། སྤྱམ་ཚུ་པའི་སྤྱིང་
པོ་འཁྲིད་པ་ལ་འཆུག་པའི་སྒྲ་དང་། འཁྲིད་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དངོས།
བསྐྱས་དོན་བརྗོད་པས་མཆུག་བསྐྱབ་སྤྱོད་ས་བཅད་གསུམ་ཡོད་པ་རེད། དེ་
རིང་གཞུང་དོན་འཁྲིད་པ་ལ་འཆུག་པའི་སྒྲ་དེ་ཁྲིད་ཀྱི་ཡིན། དེའི་བཅམ་

པར་དམ་བཅའ་པ་ནི།

ཐོན་མིའི་ལེགས་བཤད་སྤྲུལ་ཕྱི་པའི། །

སྤྱང་པོ་མདོར་བསྐྱས་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་ཆོགས་བཅད་བྱེད་ཡོད་པ་རེད།

འཁྱིད་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དངོས་ལ། ནང་གསེས་ས་བཅད་ཀྱི་རིམ་པ་
མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཐོག་མར་ཡོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་
གཞུང་བྱུང་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད།

དེ་ལས་ཐོན་མིས་ཀྱང་གར་གྱི་དབྱངས་གསལ་ལྟ་བུ་སྐྱེས་པ་དེ་……
ནས་ཡོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་སྤྲུལ་ཕྱི་སྤྱི་བཞིར་གཏན་ལ་ཐབས་པ་རེད།
ཅེས་སྤྲུལ་ཏུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ངག་རྒྱན་ལ་ཡོད། །

སྤྱི་བཞིན་ལྟ་བུ།

ཡོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ལུགས་དངོས་ནི།

དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ། །

བྱེད་པ་མི་སྒྲ་ཞེ་སྒྲ་བཞི། །

གསལ་བྱེད་ཀ་སྐགས་སྤྲུལ་ཕྱི་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།

༥ རྒྱ་གར་གྱི་དབངས་གསལ་ལ་གྲངས་ཀ་ག་ཚད་ཡོད་པ་རེད།

ལན། རྒྱ་གར་གྱི་དབངས་ལ་བཅུ་དྲུག་དང་། གསལ་བྱེད་སྐུམ་ཅུ་
ས་བཞི་ཡོད་པ་རེད།

༥ རྒྱ་ན། རྒྱ་གར་གྱི་དབངས་བཅུ་དྲུག་པོ་དེ་འབྲེན་ལུགས་
གང་འདྲ་རེད་ཅེས་ཟེར་ན། འདི་འདྲས་བྱས་ནས་དང་དགོས་ཀྱི་རེད།

ཨ་ཨ། (མཆན་༡)ཨི་ཨྱ། ཨུ་ཨྱ། རི་རྱ། ལི་ལྱ།

ཨེ་ཨེ། ཨོ་ཨོ། ཨི་ཨུ་

ུ་འདི་ལ་ཆེག་དག་དང་། གཏེར་ཆེག་ཅེས་ཟེར་སྐུལ་ཡོད།

༥ དེ་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་གསལ་བྱེད་སྐུམ་ཅུ་ས་བཞི་པོ་དེ་
འབྲེན་ལུགས་ག་འདྲ་རེད།

ལན། འདི་འདྲས་བྱས་ནས་དང་དགོས་པ་རེད།

ཀ་ཁ་ག་གྱ་དང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉྩ་ཉ། ཏ་ཐ་ཏ་ཏྟ་ཏ། ཏ་ཐ་ད་ཏྟ་
ན། པ་ལ་པ་ལྟ་ལ། ཡ་ར་ལ་ལ། མ་ཁ་ས་ཏ། ར།

གོང་གསལ་རྒྱ་གར་གྱི་གསལ་བྱེད་ས་བཞི་འི་ནང་ནས་མཐུག་པོ་འི་ཡི་གེ་ལྔ་
དང་། (ཉྩ་ཉྩ་ཉྩ་ཉྩ་ཉྩ)ཡོག་པོ་འི་ཡི་གེ་ལྔ། (མཆན་༢)(ཏ་ཐ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏ)
རྩ་བའི་ཡི་གེ་བཞི། (མ་ཁ་ས་ཏ)མཐར་གནས་ཀྱི་ཡི་གེ་བཞི། (ཡ་ར་
ལ་ལ)མཐར་ཟད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཅིག་(ར།)བཅས་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱ་གར་གྱི་དབངས་བཅུ་དྲུག་གི་དང་པོ་ཨ་ ཐུང་ ཅ་ དེ་ བོད་ ཀྱི་
གསལ་བྱེད་ཀྱི་མཐའ་མར་བཞག་ ཨི་ ཐུང་ ཅ་ དང་། ཨུ་ ཐུང་ ཅ་ ཨེ་
ཐུང་ ཅ་ ཨོ་ ཐུང་ ཅ་ བཅས་བཞི་པོ་དེ་ལ། གི་ག། ཞབས་ཀྱ། འགྲང་
པ། བ་ར་ཞེས་མིང་བཏགས་ནས་བོད་ཀྱི་དབངས་བཞི་རེས་པ་མཛད།

གྲུ་གར་གྱི་གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་སྐུམ་ཅུ་མ་བཞི་འི་ནང་ནས་ བོད་སྐད་...
 ལ་མི་མཁོ་བ། ཡོག་པ་ལྟ་དང་། མཐུག་པོ་ལ། མཐར་ཐད་གཅིག་
 བཅས་བཅུ་གཅིག་དྲར་བའི་འཕྲིས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་སྟེད་ཀྱི་རེད། ལྷག་
 འཕྲིས་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་པོ་དེའི་ཐོག་གྲུ་གར་གྱི་དབྱངས་བཅུ་དྲུག་གི་དང་...
 པོ་དེ་བསྐྱེད་པས་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ཡང་བ་དེའི་ཐོག་ལ་བོད་སྐད་ལ་ཉི་པར་...
 མཁོ་བའི་ཡི་གེ་ ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་དང་། ཞ་ཟ་འ་གསུམ་གསར་དུ་ཁ་སྟོན་
 བཀྱབ་སྟེ་བོད་ཀྱི་གསལ་བྱེད་སྐུམ་ཅུ་མ་བཞི་པ་བཅོ་གནང་མཛད་པ་རེད། །

(མཆན་¹) དབྱངས་ཡིག་འདི་དག་གི་འོག་དུ་འཆུང་རེ་ཡོད་པ་ལ་
 སྤང་པོ་དང་མེད་པ་ལ་ཐུང་དུ་དང་། ཨི་ཨུ་འདི་གཉིས་ལ་གེ་གེ་ཅན་
 ཟེར། ཨི་ནི་ང་རྩ་དང་ལྷད་སྟོར་ནི་ནམ་བཅད་ཡིན།

(མཆན་²) ད་ཡོག་ཏ་དང་ཏ་ཏ་བཏགས་གཉིས་གཅིག་དུ་འདྲིན།

སྟོབ་ཆེན་དྲུག་པ།

དེ་ནས་བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་རིས་འཛིན་བྱེད་ཚུལ་དངོས་ནི།

དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ། །

བྱེད་པ་ཨི་ཨུ་ཨི་ཨི་བཞི། །

གསལ་བྱེད་ཀ་སྟགས་སྐུམ་ཅུ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གྲུ་གར་གྱི་དབྱངས་བཅུ་དྲུག་གི་བྱ་བ་དེ་བོད་ཀྱི་

ཡི་གེ་ཐོག་ལ་གསལ་བར་བྱེད་པ། ཨི། གི་གྲ། ཨུ། ཞུས་ཀྱ། ཨི།
 འབྱེད་པ། ཨི། བ་ར་སྟེ་ཐོད་ཀྱི་དབྱངས་བཞི་དང་། ཐོད་ཀྱི་གསལ་
 བྱེད་ལ་ཀ་མད་སྟམ་ཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་དེ། ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་
 ཐ་ད་ན། པ་ལ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ག་ས། ཏ་ཨ།
 བཅས་ཐེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཅེས་གཏན་འཁེབས་གནང་འདུག ཐོད་ཀྱི་
 གསལ་བྱེད་སྟམ་ཅུ་ཐམ་པ་དེ་ལ་མིང་གཞི་འང་ཟེར་གྱི་རེད། ཐོད་ཀྱི་
 གསལ་བྱེད་སྟམ་ཅུ་ཐམ་པ་འི་ནང་ནས་མིང་གཞི་ཀྱང་པ་དང་། མིང་གཞི་
 དང་མིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཁྱད་པར་འབྱེད་སྟངས་ཤིང་.....
 དགོས་ཀྱི་འདུག

རྟོ འོ་ན། མིང་དང་མིང་གཞི་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ག་འདྲ་ཡོད་
 པ་རེད།

ལན། མིང་གཞི་ཀྱང་པ་ཡིན་ན་སྟེ་དེ་ག་མ་གཏོགས། དོན་དག་
 གོ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་། མིང་ཡིན་ན་ནམ་དབྱེ་དང་པོ་ནང་བཞེན་གྱི་དོན་
 དག་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

མིང་དང་མིང་གཞི་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྟངས་ནི། དཔེར་ན།
 ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ལ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་
 ཨི། ཞ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ག་ས། ཏ་ཨ། (འདི་ནི་མིང་དང་མིང་གཞི་
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་རྟགས།) ཐོད་ཀྱི་གསལ་བྱེད་སྟམ་ཅུ་ཐམ་པ་འི་ནང་ནས་
 མིང་གཞི་ཀྱང་པ་བཅོ་བརྒྱད་དང་། མིང་དང་མིང་གཞི་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་
 བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་མིང་གཞི་སྟམ་ཅུ་ཐམ་པ་འི་ནང་ནས་
 རྗེས་འབྲུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་ཟུར་དུ་འདོན་དགོས་པ་རེད། །

༩ རྒྱ། རྒྱ་ལྷན་གྱི་ཡི་གེ་བཅུ་པ་དེ་གང་ལྟ་ཡིན་པ་
འདྲ་ཅིས་ཟེར་ན།

ག་ང་ད་ན་བ་མ་ལ།

ར་ལ་ས་རྣམས་རྗེས་འཇུག་བཅུ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ན། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་འཇུག་
 རྩ་དེ་མིང་ག་ཞིའི་ཡི་གེ་ལྟ་མཉམ་ཅུ་པུ་ཅང་མའི་རྗེས་ལྟ་འཇུག་གི་རེད་དམ་...
 ཟེར་ན་དེ་དག་ཅང་མའི་རྗེས་ལྟ་འཇུག་གི་རེད། མིང་ག་ཞིའི་ཕ་ཡིག་ལྟ་
 དང་། མ་ཞིང་གི་ཡི་གེ་ལྟ་འཇུག་པུ་དེ་ནི་རྩ་འཇུག་དང་རྗེས་
 འཇུག་གཉིས་ཀྱང་འཇུག་གི་མ་རེད། །

ཕྱི་པ་ཆེན་པདུན་པ།

ཁྱེས་འཇུག་གི་གོ་བཅུ་པ་དེ་དག་མིང་གཞི་སྟེན་ཅུ་ཐམས་པ་།
ཅད་མཁོ་ཁྱེས་སྟེ་འཇུག་སྒྲུང་ས་གང་འདས་བྱས་ནས་འཇུག་གི་དེད།

ལན། ཉམས་འདི་འདས་བཞིན་ན་འཇུག་ལྟངས་དེ་གིས་བར་བྱ་ད་
ཐབ་ཀྱི་རེད།

. གདྲ། གདུ། གད། གན། གབ། གམ། གར། གར། གལ། གས།

ભળ ભલ' ભલ્ ભજ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

બળ બલ' બલ્ બજ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

લળ લલ' લલ્ લજ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

તળ તલ' તલ્ તજ્ તલ્ તલ્ તલ્ તલ્ તલ્ તલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

ઠળ ઠલ' ઠલ્ ઠજ્ ઠલ્ ઠલ્ ઠલ્ ઠલ્ ઠલ્ ઠલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

દળ દલ' દલ્ દજ્ દલ્ દલ્ દલ્ દલ્ દલ્ દલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

ધળ ધલ' ધલ્ ધજ્ ધલ્ ધલ્ ધલ્ ધલ્ ધલ્ ધલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

નળ નલ' નલ્ નજ્ નલ્ નલ્ નલ્ નલ્ નલ્ નલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

પળ પલ' પલ્ પજ્ પલ્ પલ્ પલ્ પલ્ પલ્ પલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

ફળ ફલ' ફલ્ ફજ્ ફલ્ ફલ્ ફલ્ ફલ્ ફલ્ ફલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

બળ બલ' બલ્ બજ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

ભળ ભલ' ભલ્ ભજ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્ ભલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

બળ બલ' બલ્ બજ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્ બલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

લળ લલ' લલ્ લજ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્ લલ્
° ° ° ° ° ° ° ° °

[illegible]

ཨག་ཨང་། ཨད། ཨན། ཨབ། ཨམ། ཨའ། ཨར། ཨལ། ཨས།

གོང་གསལ་གྱི་རྟགས་འཁོད་པ་རྣམས་མིང་ཡིན་ཞིང་། རྟགས་མ་
འཁོད་པ་རྣམས་རྗེས་འཇུག་ཐོབ་ཅུང་མིང་གཞི་མ་ཡིན་པ་སྟེ་ན་མིང་གི་ཆ་
གས་སུ་འཇོག་དགོས་པ་རེད། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དང་། མིང་གི་ཆ་
གས་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྟངས་གསུང་གི་སྟེང་།

མིང་ཆན་བརྒྱད་པ།

༺ རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་གཞན་དག་ཡོད་པ་
རེད་དམ། མ་རེད།

ལན། ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་ཡང་འཇུག་ཟེར་གྱི་རེད།

༺ འོ་ན། ཡང་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གཞན་ཡོད་པ་རེད།

ལན། དེ་གཉིས་ཡོད་པ་ནི།

ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ཡང་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གཉིས་པ་དེ་རྗེས་འཇུག་
གི་ཡི་གེ་ཆང་མའི་རྗེས་སུ་འཇུག་གི་རེད་དམ་ཟེར་ན་ཆང་མའི་རྗེས་སུ་.....
འཇུག་གི་མ་རེད། བྱད་པར་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཡང་འཇུག་གི་ཡི་

གེ་གཉིས་པོ་དེའི་ནང་ནས་ཡང་འཇུག་གི་ད་དེ་ལ་ད་དྲག་ཅེས་ཟེར་སྒྲུལ་...
ཡོད་པ་རེད། ད་དྲག་དེ་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་
དང་ཡང་འཇུག་གི་ས་དེ་རྗེས་འཇུག་གང་བ་མ་བཞིའི་མཐར་ཐོབ་པ་ནི།

ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །

ས་ནི་གང་བ་མར་ཐོབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ཡང་འཇུག་གི་ད་དྲག་དེ་ཕྱིར་བཏང་རྗེས་
འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། དམིགས་
བསལ་དུས་གསུམ་ཡོད་པའི་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་ཅན་གྱི་འདས་ཆོག་
ལ་མ་གཏོགས། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་གཉིས་ལ་ད་དྲག་མི་ཐོབ་
པའི་ཁྱད་པར་འབྱེད་དགོས་པ་ཡིན།

༼ འོ་ན། ད་དྲག་གི་ཡང་འཇུག་དེ་ནི་དང་སང་ཡི་གེ་འབྲི་
སྒྲུལ་མི་འདུག་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ག་རེ་རེད་ཅེ་ན།

ལན། ཡང་འཇུག་གི་ད་དྲག་དང་། མིང་གཞི་རྒྱང་པ་ཆང་མའི་
མཐར་རྗེས་འཇུག་གི་འ་ཡིག་ཐོབ་པ་སུ་མའི་རྩ་རིང་གི་ཡི་གེའི་ནང་ལ་...
བཀོད་ཡོད་པ་སྐད་ནི་ཆོས་རྒྱལ་མངའ་བདག་སྤྱི་རལ་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱ་...
གར་གྱི་པཱི་ཏ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ནམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཡི་གེའི་ཟླ་
ཡང་པའི་ཆེད་དུ་ཕྱིས་དགོས་ཞེས་བཀས་བཅད་གནང་བར་བརྟེན་ཡི་གེར་...
བྱི་སྒྲུལ་མེད་པ་ནམས། དྲན་གྱིས་ཐོབ་ལུགས་ཡོད་པ་དེ་ངས་པར་དུ་གེས་
དགོས་པ་ཡིན། །

ཨྱུ་ཆེན་དཔྱ་ པ།

ཆེ་མ་འཕྲུག་བཅུ་ཉིད་ཤར་བརྫོད་འགོད་དགོས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལང་
མིང་རྒྱུང་རང་ལ་ལྷུང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་མིང་གི་ཆ་གསལ་ལ་ལྷུང་ན་.....
འཕྲུགས་ཀྱི་མ་རེད། དཔེར་བརྫོད་ནི།

རལ། དབང་། དད། དོན། རབ། རམ་། དགལ།

X. X. X. X. X. X. X.

གསར། དདུལ། མཁས།

X X X

རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དབེར་བརྗོད།

༥ དེ་ནས་ཡང་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྐངས་ག་...
འདྲ་ཅིད།

ལན། བླ་མ་འཇུག་གི་དྲ་མཁ་དེ་རྒྱུ་མ་འཇུག་ན་ར་ལ་གཞུང་ཁྱི་རྒྱུ་མ་
མེ་འཇུག་ལྟངས་འདི་འདྲ་རེད། དེ་ཁྱི་དཔེར་བརྒྱད།

ཀུན་དང་། དེ་དང་། རྟེན་ལ་དང་།

$\times \bullet$ $\times \circ$ $\times \circ$

རང་སྤྱང་ས་སའི་དབེར་བརྗོད།

ཡང་འཇུག་གི་ས་དེ་རྗེས་འཇུག་ག་ང་བ་མ་བཞིན་རྗེས་སུ་འཇུག་པ།
དེ་ནི་དཔེ་བརྒྱད་ཀྱི།

རྟུགས། བཅས། རབས། །མས།

རང་སྤྱང་སྤྱི་སྤྱི་དཔེར་བརྗོད།

༥ དེ་ནས་རྒྱུ་འཇུག་དང་། ཡང་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་

གཏོང་སྤངས་དེ་ག་འདྲ་རེད།

ལན། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྐབས་ནི་མིང་རྒྱང་མིན་ན་
སྐྱུ་གདངས་ལྷགས་ཆེ་ཆུང་དང་། ཏུས་གསུམ་ཡོད་པའི་རིགས་ལ་ཡས་
ཆེར་འདས་ཆིག་གི་སྐྱ་ནས་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་དགོས་པ། དཔེར་ན། གོང་
གསལ་བརྗོད་པའི་སྐྱུ་གདངས་ལྷགས་ཆེ་པའི་ཀུན་དུ་ཅེས་དེ་དང་། སྐྱུ་
གདངས་ལྷགས་ཆུང་པའི་ཀུན་ཤེས་པ་གཉིས་ལ་སྐྱུ་གདངས་ལྷགས་ཆེ་ཆུང་
གི་ཁྱད་པར་ཡོད་ཅིང་། དར་དུ་ཅེས་པ་ནི་འདས་ཆིག་མིན་པ་མ་ཟད།
འཕེལ་དུ་ཅེས་པ་དེའང་འདས་ཆིག་རེད། སའི་ཡང་འཇུག་ཅན་དེ་དག་
ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་བསྐྱར་ནས་བསམ་གཞིགས་བྱུང་ན།

ཉུག་མ་དང་རྟུག་གང་མ་དང་གང་། རབ་མ་དང་རབ། ཁམས་
 དང་ཁམ། ཞེས་པ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་གང་ཞེས་པ་དེ་མིང་རྒྱང་དང་།
 རྟུག་གསུམ་ཅན་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས། དེ་
 མིན་ཅང་མ་མིང་རྒྱང་འབའ་ཞིག་(ག་རྟུག)ཏེད། དེ་འབྲེ་ཡིན་པར་བརྟེན་
 རྟུག་གང་མ་རྟུག་མ་ཆེ་རྟུང་གི་སྒྲ་ནས་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག
 རབ་མ་ཅེས་པ་མི་སྒྲ་རྒྱ་ཡ་མ་སྒྲ་ཆེ་འབྲུང་ས་རྒྱལ་མི་ཅུ་འི་རབ་མ་བཅས་
 དང་རྟུང་རྟུང་ས་མིག་གྱུང་ཡོད།

དེ་ལྟར་རྒྱུ་ལ་འཇུག་དང་། ལང་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་ལག་ཁྱིད་དེ་ཡིན་
བརྒྱད་དང་བཅས་པ་འགྲིད་ཅེས་བ་མིད།

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

འདྲན་དགོས་པ་དང་། དེའང་མིང་གི་ཆ་གསལ་སྒྱུར་ན་འགྲིགས་ཀྱི་མ་
 རེད། དེས་པར་དུ་མིང་རང་དང་སྒྱུར་དགོས་པ་རེད། སྔན་འཇུག་ལཱ་
 དཔེར་བཅོང་འགོད་སྤངས་ནི།

ག་ད་པ་མ་འ་སྔན་འཇུག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདྲིའི་དཔེར་བཅོང་།

གསུང་། དཔག པསག མཛད འདྲད།

$\times$ $\circ \times$ $\times$ $\circ \times$ $\circ \times$
 རང་སྒྱུར་པ་ས་སའི་དཔེར་བཅོང་།

སྔོབ་ཆེན་བཅུ་པ།

མིང་གཞི་སྒྱུ་མ་ཅུ་ཐམ་པ་དང་མིང་དང་མིང་གི་ཆ་གསལ་གཉིས་ཀྱི་...
 དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྤངས། རྗེས་འཇུག་བཅུ། ཡང་འཇུག་གཉིས། སྔན་
 འཇུག་ལྟ་བུ་པཅས་ཀྱི་ལག་བྱིད་དཔེར་བཅོང་དང་བཅས་པ་བཏང་ཆར་བ་.....
 རེད། ད། ཨོ་ལུན་གྱི་ཕྱད་ཅེས་པ་རྗེས་ཆེགས་ཆེགས། སྤར་བུ། སྤར་
 ཅེས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པ་དེ་ནས་འབྱིད་དགོས་པ་ཡིན།

འོ་ན། རྗེས་ཆེགས་ལ་གྲངས་ཀ་ག་ཆོད་ཡོད་པ་རེད།

ལན། དེ་ལ་རྩ་བའི་དངོས་བསྟན་བཅུ་ཐམ་པ་དང་། འཇུགས་
 བསྟན་གཅིག་བཅས་ཡོད་པ་ནི།

གྲ་རྩ་དྲ་ལྷ་ཁྲ་ལྷ་ཁྲ།

ར་ལ་ས་ཏྱ་ལྷར་བཏུ་ཏེ།

ཀུན་གྱི་སྐྱེ་བའི་མཉམ་པའི་ལྷན་པོ་ལྟར་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།

[illegible]

དེ་ལ་རྟན་གྱི་སྒོ་བ་ཆུང་ལ་མེས་ཞིང་། ཡུལ་གྱི་རྩལ་རྩལ་ཞེས་པ་ཁམས་
འཛུགས་ཀྱི་རྩལ་རྩལ་གྱི་ཁམས་ཡུལ་གྱི་རྩལ་རྩལ་ཞེས་པ་ཕྱིན་པས།

ཐག་ཡོད་ཏི་དང་མཐའ་མེད་འོ། །

གཞན་རྒྱལ་མིང་མཐའ་རྩིས་མཐུན་སྟུང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་རྟུང་། ད་དག་ཡོད་ན་རྟོ་དང་། མཐའ་མེད་ཡིན་ན་ཡོ།
 གཞན་ན་མས་ཅིག་ཤོགས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་གང་ཡིན་པ་དེའི་ཡི་གེའི་རྗེས་སུ་
 བསྟན་པ་ཞིག་ལྟར་དགོས་པ་རེད།

དེ་ལོ་ན། རྒྱལ་སྐྱོང་གི་དབང་བརྒྱད་འགོད་དགོས་པ་ཡིན་པས།
 དབང་བརྒྱད་ནི། ༡. དབང་གི་མཁུར་རྩུར་བ། ༢. སྤྲོ་སྤྲོ།

X. 9

X

མཐའ་ཡིད་དེ་རྗེས་འཇུག་དངོས་སུ་མེད་པའི་མཐར་འོ་སྐྱར་བ། དག་གོ།

ག་མཐར་གོ་སྐྱར་བ། བཟང་ངོ་། །ང་མཐར་ངོ་སྐྱར་བ། ཡོད་དོ། །ད་^{x°}

མཐར་དོ་སྐྱར་བ། ཡིན་ནོ། །ན་མཐར་ནོ་སྐྱར་བ། བཏབ་པོ། །བ་^{x°}

མཐར་བོ་སྐྱར་བ། གམ་མོ། །མ་མཐར་མོ་སྐྱར་བ། གཞའ་ངོ། །(གཞའ་^{x°}

ཆར་)འ་མཐར་འོ་སྐྱར་བ། གསར་རོ། །ར་མཐར་རོ་སྐྱར་བ། ཆལ་^{x°}

ལོ། །(ཟུང་ཆལ་)ལ་མཐར་ལོ་སྐྱར་བ། གཞས་སོ། །(ཟུ་གཞས་)ས་^x

མཐར་སོ་སྐྱར་བ།^{x°}

རང་སྐྱར་བ་སོ་སོའི་དབེར་བརྗོད།

མཆམས་འདིར་བོད་ཡིག་གི་རྣམ་དབྱེའི་ངོ་སྟོན་གཏོང་སྲུལ་ཡོད་པ་
རེད། བོད་ཡིག་གི་རྣམ་དབྱེ་ལ་ངོ་གྲངས་ག་ཚད་ཡོད་པ་དང་། རྣམ་
དབྱེ་དང་ཐད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྒྲངས་བཅས་ཤིས་དགོས་པ་.....
རེད།

༩ འོ་ན། བོད་ཡིག་གི་རྣམ་དབྱེ་ལ་ངོ་གྲངས་ག་ཚད་ཡོད་པ་
རེད།

ལན། བོད་ཡིག་གི་རྣམ་དབྱེ་ལ་ངོ་གྲངས་བདུན་ཡོད་ཅིང་། ཟུས་
པར་དབྱེ་ན་བརྩ་ཐམས་པ་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་དབྱེ་བདུན་གྱི་གྲངས་འདིན་ནི།

རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པ་དང་།

རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།

ནམ་དབུ་གསུམ་པ་བྱེད་ཟླ།

ནམ་དབུ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད།

ནམ་དབུ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས།

ནམ་དབུ་དྲུག་པ་འབྲེལ་ཟླ།

ནམ་དབུ་བདུན་པ་རྟེན་གནས།

བཅས་བདུན་ཡོད་པ་རེད། རྒྱས་པར་དབུ་ན་བརྒྱ་ཡོད་པ་ནི།

ནམ་དབུ་དང་པོའི་ཁྲིམས་གཏོགས་ཐོད་ཟླ་དང་།

ནམ་དབུ་གཉིས་པའི་ཁྲིམས་གཏོགས་དེ་ཉིད་བརྗོད་པ།

ནམ་དབུ་བདུན་པའི་ཁྲིམས་གཏོགས་ཆེ་སྐབས།

དང་བཅས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པ་རེད།

སྐབ་ཆན་བརྒྱ་གཅིག་པ།

༥ དེ་ནས་ནམ་དབུ་དང་ཕྱད་གཉིས་ལ། བྱད་པར་ག་འདྲ་
ཡོད་པ་རེད།

ལན། རྒྱས་དབུ་ཞེས་པ་ནི་དོན་དག་གོ་རྒྱ་ཆེ་ཙམ་ཡོད་པ་ཞིག་
དང་། ཕྱད་རྒྱུང་པ་ཡིན་ན་མུ་ཕྱིའི་མཚམས་སྦྱར་བྱེད་དང་། སྐབས་
འགར་ཆོག་གོགས་སྤྱང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དོན་དག་གོ་རྒྱ་ནམ་དབུ་ནང་.....
བཞིན་རང་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྒྱས་དབུ་དང་
ཕྱད་རྒྱུང་པ་གཉིས་ལ་མུ་བཞིའི་འབྱེད་རྒྱུངས་གིག་ཀྱང་ཡོད་པ་ནི་འདྲི་.....

བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་
 ཀྱན་གྱི་མེས་པོ་འདྲ་ཡིན་པ་ནི། ཐོན་མི་སམ་ལྟོ་ཏེ་རང་རེད། དེ་རྗེས་
 བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་གངས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་སྤྱི་རབས་ཀྱི་ལོ་
 རྒྱུ་བ་སྐྱེ་ཅོག་གཉིས་ཏེ། སྐྱེ་བ་དཔལ་བཅེགས་དང་ཅོག་རོ་ལྷའི་ཀྱལ་
 མཆན་གཉིས་དང་། ལྷི་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་ཤོད་གཉིས་ཏེ་དཔལ་ལོ་
 གློ་གློས་བརྟན་པ་དང་། ཤོད་ལོ་རྩོ་རྗེ་ཀྱལ་མཆན་གཉིས་བཅས་དེ་དག་
 རིག་གཞུང་ལ་མཛད་རྗེས་ཀྱི་མཆན་སྟན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།
 རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་མིང་ལ་ཐོག་མའི་འདོད་ཀྱལ་བ་དང་། རྗེས་བྱུང་བ་
 གཉིས་ཡོད། རྗེས་བྱུང་བ་དེ་ལས་རྗེས་བྱུང་དོན་ལྡན་པ་དང་། རྗེས་
 བྱུང་འདོད་ཀྱལ་བ་ཞེས་པ་བཅས་ཡོད་པ་དེ་གསུམ་གྱི་རིས་འཛིན་གསལ་
 པོར་བྱེད་བྱུང་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད།

རོ་ན། དེ་གསུམ་གྱི་རིས་འཛིན་ག་འདྲ་བྱས་ནས་བྱ་དགོས་སྟུགས་
 བ། འདི་འདྲས་བྱས་ནས་རིས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ན་ཡག་ཤི་ཡོད། ལྷིས་
 པ་རྒྱུ་རྒྱའི་དུས་ནས་གཞན་གྱིས་བསྐབས་མ་དགོས་པར་རང་བྱུང་གིས་ཁོ་
 བ་ནས་ཐོན་ཡོང་བ་དང་། མིང་དེ་བརྗོད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་དེ་རང་ལ་བརྟེན་
 བ་ནས་གོ་བ་ཡིན་སྟུ་མ་གཏོགས། སྤྱི་དེའི་དོན་དག་ཁོ་གསལ་གོ་བདེར་ཤོད་
 སྟུ་མེད་པའི་མིང་རྣམས་ལ་ཐོག་མའི་འདོད་ཀྱལ་བ་ཟེར་གྱི་རེད། དཔེར་
 བ། རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཐོག་མའི་འདོད་ཀྱལ་བའི་མིང་གང་ཡིན་པ།
 དེའི་རྗེས་སུ་བྱུང་པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་དེའི་དོན་དག་དངོས་སུ་གསལ་
 པོར་བཤད་སྟུ་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྗེས་བྱུང་དོན་ལྡན་པ་ཟེར་གྱི་རེད། དཔེར་
 བ། དག་རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྗེས་བྱུང་དོན་ལྡན་པའི་རྗེས་སུ་བྱུང་
 པའི་མིང་དེ་སྤྱིར་ཏེ་ཁོ་ནས་ཤོད་སྟུ་ཡོད་པ་ཅམ་ལས། དོན་ལ་འཇུག་གི་

མེད་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་ཀྱི་འདོད་ཀྱིས་བ་ཟེར་གྱི་རེད། དཔེར་ན། ལྷགས་
རི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

རང་སྒྱུར་པ་ས་སའི་དཔེར་བཞིན།

ཡང་། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་མིང་དེ་ལ་དུས་གསུམ་སྒྱུར་གྱི་མེད་པའི་
མིང་རྒྱུ་ཞིག་དང་། དུས་གསུམ་སྒྱུར་གྱི་ཡོད་པའི་མིང་ཞིག་དང་གཉིས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་བདག་གཞན་བྱ་བྱེད་དང་མ་འབྲེལ་མའི་……
མིང་རྒྱུ་ལ་དུས་ཀྱི་སྐད་མི་བྱེད། ཅེས་སུམ་རྟགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཟེར་
རྒྱུ་ལ་ཡོད། བདག་གཞན་བྱ་བྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་དེ་ལ་རང་བྱ་བྱེད་
སྐད་དང་པོ་དང་། བྱ་བྱེད་སྐད་མི་དང་པོ་གཉིས་སུ་འབྱེད་དགོས་ཀྱི་རེད།
བྱ་བྱེད་སྐད་དང་པོའི་མིང་རྣམས་ལ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་……
ཞེས་ཟེར་ཞིང་། བྱ་བྱེད་སྐད་མི་དང་པོའི་མིང་རྣམས་ལ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་
དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཟེར་དགོས་ཡོད།

སྒྲིབ་ཆེན་བརྒྱ་གཉིས་པ།

དེ་ལྟར་བོད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེའི་ངོས་འཛིན་དང་གྲངས་འབྲེན། རྣམ་
དབྱེ་དང་པོ་མིང་གི་སྐར་ནས་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་རྣམས་འཁྲིད་ཆར་བ་……
རེད། དེ་རིང་ནས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བརྒྱན་པ་དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་
བཅས་ལྷ་པོའི་སྐར་དེ་འཁྲིད་དགོས་པ་ཡིན།

༩ འོ་ན། རྣམ་དབྱེ་དངོས་དང་། དེར་གཏོགས་གཉིས་བཅས་

ཁག་ལྔ་པ་བུན་མང་ལ་སྤྱད་ཆུང་ཆིག་ཕྱད་ག་ཆོད་ཡོད་པ་རེད།

ལན། དེ་ལ་ནི་ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་ཡོད་ཅིང་། བདུན་པ་དེ་ག་
འདྲ་རེད་ཅེས་ཟེར་ན།

སྤྱད་ཆུང་ཆིག་ལ་རྟུ།

ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་ཡོད་ཏེ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ཆིག་ཕྱད་བདུན་པ་དེར་ལ་དོན་ཟེར་དགོས་པ་
གང་ཡིན་སྐྱམས་ན་ཡི་གེ་ལའི་དོན་དག་དང་ཕལ་ཆེར་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་.....
ནས་ལ་དོན་ཞེས་གསུངས་པ་མ་ཟད། དེ་རྣམས་ལ་ལྷ་ལྡན་གྱི་ཕྱད་ཀྱང་
ཟེར་བ་རེད།

འོ་ན། དེ་དག་རྗེས་འཇུག་གང་བྱང་མང་བྱང་ལ་སྤྱད་ན་འགྲིག་ས་
གྱི་ཞེ་ཡོད་བསམས་ན། དེས་འགྲིག་ས་གྱི་མ་རེད། དེ་རྣམས་རྗེས་འཇུག་
ངེས་པ་ཅན་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན། རྗེས་འཇུག་ངེས་
པ་ཅན་ལ་སྤྱད་སྤངས་ནི།

ས་སྤྱད་ག་བ་དྲག་མཐར་རྟུ།

ང་ད་ན་མ་ར་ལ་རྟུ།

འ་དང་མཐའ་མེད་ར་དང་རྟུ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ལ་དོན་བདུན་པ་དེ་དག་རྗེས་འཇུག་ངེས་པ་
ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྤྱད་བར་འཇུག་སྤངས་གྱི་.....

དཔེར་བརྗོད་འགོད་དགོས་པ་རེད།

ཡིན་ནའང་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་གོ་དོན་དེ་ཡིད་ལ་འཆར་
དགོས་ཀྱི་འདུག་པས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྲ་བྱ་བ་ཞེས་པ་དེ་དུས་མ་
འོངས་པ་དང་། བྱ་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། ད་ལྟོ་ན།
ལ་དོན་བདུན་པོ་རིམ་པ་བཞིན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པར་འཇུག་པ། འདིའི་
དཔེར་བརྗོད་ནི།

འབྲས་སྤངས་སྲ་འགྲོ།

x°

འབྲས་སྤངས་ཞེས་པ་བྱ་བའི་ཡུལ་བསྟན་པ་རེད། སྲ་ཞེས་པ་ནི་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པ་དང་། ལ་དོན་གྱི་ཐུང་ཡིན། འགྲོ་ཞེས་པ་བྱ་ལས་དང་
འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་རྟེ། འགྲོ་བྱ་སྐབས་གཙོ་བོར་མ་འོངས་པར་ངོས་འཛིན་
དགོས། ས་མཐར་སྲ་སྤྱར་བ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱར་སྤངས་ཤིས་པར་བྱས་
ནི།

རང་ཤག་དུ་ཁྲིག ག་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x°

ཀྱུལ་ཁབ་དུ་མས། བ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x°

དགའ་ལྡན་དུ་ཐོན། བ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x°

ནང་དུ་ཕྱིན། ང་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x°

མོད་དུ་བབས། ད་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x

བདེན་ཆེན་དུ་གཏང་། བ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

x°

སྒྲིལ་ལམ་དུ་འབྱུང་། མ་མཐར་དུ་སྒྲུབ་པ།

x°

ཁྱུ་གར་དུ་མངགས། ར་མཐར་དུ་སྒྲུབ་པ།

x°

ནགས་ཆལ་དུ་བསྒྲིལ། ལ་མཐར་དུ་སྒྲུབ་པ།

x°

ཁྱུ་མདར་(མདའར)སྤང་དང་། ཁྱུ་མདའ་ཏུ་སྤང་། འ་མཐར་

x°

x°

ར་དང་། འ་མཐར་ཏུ་སྒྲུབ་པ།

ལྷ་སར་བལྟ་དང་། ལྷ་ས་ཏུ་བལྟ། མཐའ་མེད་ལ་ར་དང་།

x°

x°

མཐའ་མེད་ལ་ཏུ་སྒྲུབ་པ།

ས་ཞིང་ན་སྒྲུ། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བལྟས་པའི་ཕྱད་ན་སྒྲུབ་པ།

x°

བསམ་ཡས་ལ་བསྒྲུད། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བལྟས་པའི་ཕྱད་ལ་

སྒྲུབ་པ།

རང་སྒྲུང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཟོད།

དེས་ན་མ་དབྱེ་གཉིས་པའི་གྲ་དོན་དཔེར་བཟོད་དང་བཅས་པ་འཁྲིད་

ཆར་བ་ཡིན།

སྒྲིལ་ཆུ་བཟུ་གསུམ་པ།

དེ་རིང་ན་མ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ནས་འཁྲིད་དགོས་པ་རེད། དེ

ལ་ཤོག་མར་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གོ་དོན་དང་། དགོས་པའི་རྣམ་གྲངས་
རྣམས་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་ག་འདྲ་རེད་ཟེར་ན་འདི་འདྲ་རེད།

རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གོ་དོན་ནི་རྣམ་དབྱེ་དེའི་བྱ་ལྟལ་ལམ། བྱ་ལྟལ་
དང་འབྲེལ་བའི་ལས་གང་ཡང་རྩང་བར་ཡན་ཤོགས་སྦྱིན་པ་ཞིག་དགོས་པ་
མ་ཟད། བྱ་ལས་དེར་དགོས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཤིག་ཡོད་ན་འང་ངེས་
པར་དུ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་གྲས་སུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག

དགོས་པའི་རྣམ་གྲངས་ལ་དགོས་པ་མཆོག་དང་དམན་པ། དགོས་
པ་ཡང་དག་དང་ཉར་སྣང་། དགོས་པ་གཙོ་བོ་དང་པོ་ལས་པ་བཅས་ཡོད་པ་
རྣམས་དབྱེ་འབྲེད་གཏོང་དགོས་ཤིང་། དགོས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ལ།
ཆེད་ཅེས་པ་དང་། ཕྱིར་ཞེས་པ། སྤང་ཅེས་པ། དེའི་དོན་དུ་ཞེས་པ་
སྤྱུ་རྒྱུ་ལྟ་ཡོད། ད་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་
འགོད་དགོས་པ་ཡིན་པས། འདིའི་དཔེར་བཞིན་ནི།

རིག་གནས་སུ་བསྐབ།

×。

རིག་གནས་ཞེས་པ་བྱ་བའི་ལྟལ། སུ་ཞེས་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དང་། ལ་
དོན་གྱི་ཕྱད། བསྐབ་ཅེས་པ་བྱ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ལྟེ་བསྐབ་བྱ་
མ་འོངས་པ། ས་མཐར་སུ་སྐར་བ། རིག་གནས་སུ་བསྐབ་ན་དགོས་པ་
མཆོག་དང་། ཡང་དག གཙོ་བོ་བཅས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་
སྐར་སྐངས་ལེགས་པར་སྐང་དགོས་པ་ཡིན།

སྐབ་སྐང་གི་དོན་ཆེད་སྐབ་གྲར་རྟག་དུ་འགྲོ།

×。

སྐབ་སྐང་གི་དོན་ཆེད་ཅེས་པ་དགོས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ། སྐབ་
གྲར་ཞེས་པ་བྱ་བའི་ལྟལ། དུ་ཞེས་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དང་། ལ་དོན་

ཁྱི་ཕྱད། འཕྲོ་ཞེས་པ་བྱ་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ལྟེ་འཕྲོ་ཆགས་གཙུག་
བྱ་མ་འོངས་པར་རིས་འཛིན་དགོས། ག་མཐར་དུ་སྐྱར་བ། སྐྱབ་སྐྱབ་
གི་རྟོན་ཆེད་སྐྱབ་གྱུར་རྟག་དུ་འཕྲོ་ན་དགོས་པ་མཚོག་དང་། ཡང་དག་
དང་། གཙུག་པོ་བཅས་ཡིད།

སྐད་ཡིག་བསྐབ་དུ་འཕྲོ། བ་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

མཚད་མངལད་དུ་བསྐྱོད། ལ་མཐའི་དག་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

སྐྱན་ཁང་དུ་བཙོས། ད་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

དཔེར་བཞིན་དུ་བཙོན། ད་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

ཡོན་ཏན་དུ་འབད། བ་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

མི་དམངས་དམངས་གཙུག་པོ་གཞུང་ལམ་དུ་འཁྱིད། མ་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

སྐྱོས་གར་དུ་འཁྱེད། ད་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

ཡུང་མེད་ཆེད་(ཆེད་ཅེས་པ་དགོས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ)སྐྱེད་ཆལ་དུ་
མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

ཉུལ། ལ་མཐར་དུ་སྐྱར་བ།

འཕྲོ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་(བཀའ་རྒྱུ་)བཙོན་དང་། འཕྲོ་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་རྒྱུ་བཙོན།

འ་མཐར་ར་དང་། འ་མཐར་རྒྱུ་སྐྱར་བ།

སྐྱུ་རྒྱུ་པར་(པར་རྒྱུ་)སྐྱར་དང་། སྐྱུ་རྒྱུ་པ་(པར་རྒྱུ་)སྐྱར་དང་།

མཐའ་མེད་ལ་ར་དང་། མཐའ་མེད་ལ་རྒྱུ་སྐྱར་བ།

སྒྲིབ་བྱ་ན་བཟུང་། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བརྟུན་པའི་ཕྱད་ན་སྒྲུབ་པ།

དཔེར་བཅོམ་ལ་བརྟུང་། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བརྟུན་པའི་ཕྱད་ལ་སྒྲུབ་པ།

རང་སྒྲུབ་པ་ས་སའི་དཔེར་བཅོམ་།

ང་ཚའི་ཁོད་སྒྲིབ་ནང་དུས་རྒྱུན་དུ་ཤོད་སྒྲུབ་ཡོད་པའི་ཆོག་ཕྱད་ཀྱི་
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཡིན། ཡིན། རེད། མ་རེད། ཡོད། མེད།
འདུག མི་འདུག བྱུང་། མ་བྱུང་། སང་། མ་སང་། ཞེས་སྐད་སྒྲིབ་
མཁོའི་ཕྱད་ཀྱི་ནམ་གངས་ཁ་གསལ་ཡོད་པ་དེ་དག་རང་གཞན་རྒྱལ་གསལ་
གང་ལ་འཇུག་པ་དང་། དུས་གསལ་གྱི་ཁྱད་ཆས་བཅས་ངེས་པར་དུ་འཁྲིད་
དགོས་བསམ་པ་ཡོད། དེ་རིང་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟོན་གནས་ནས་བྲིད་ཀྱི་
ཡིན། ཐོག་མར་རྟོན་གནས་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཆགས་དགོས་པ་རེད། འདི་
ལའང་བས་འཕུལ་ས་རྟོན་ཅན་དང་། བས་འཕུལ་ར་རྟོན་ཅན་གཉིས་ཀྱི་
དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྐྱབས་དེ་གེས་དགོས་པ་ཡིན།

༥ རོ་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྐྱབས་དེ་ག་འདྲ་
རེད།

ལན། བས་འཕུལ་ར་རྟོན་ཅན་དེ་ནི། ལུས་ལ་སེམས་བརྟེན་པ་དང་།
རྟིང་ལ་ཡོན་ཆབ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་བརྟེན་ལུལ་དེ་མེད་ན། རྟོན་བྱེད་དེ་
བརྟེན་དུ་མི་བྱུང་པ་དང་། ཡང་། བས་འཕུལ་ས་བརྟེན་ཅན་དེ་ནི་སྒྲ་མ་
བརྟེན་པ་དང་། སྒྲ་པ་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་པན་རྒྱུན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཙམ་གྱི་
སྒྲ་ནས་བརྟེན་པ་དེ་ཡིན་པ་རེད། ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་ནི་རྟོན་བྱེད་དུ་ལྟ་བ་
དེ་རང་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་མ་གཏོགས་དུས་གསལ་གྱི་ནམ་གཞན་གྱི་
བྱེད་དགོས་པ་མ་རེད།

རྟེན་གནས་ཞེས་པའི་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་པའི་མཆམས་སུ།
དཔེར་བརྗོད་འགོད་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི།

ལག་པ་གཡས་སུ་སྦྱ་གྱ།

x °

ལག་པ་གཡས་དེ་རྟེན་དང་། སྦྱ་གྱ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། སྦྱ་གྱ་དེ་ལག་པ་
གཡས་སུ་བརྟེན་པའམ། གནས་པ་ཡིན་པས་སྟེ། །ས་མཐར་སུ་སྦྱར་བ།
དེ་བཞིན་དུ་སྦྱངས་སྦངས་གེས་པར་བྱས་ཏེ།

ལག་དུ་ཐེང་བ། ག་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

ཁྱུང་དུ་དཔེ་མཛད་ཁང་། བ་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

མདུན་དུ་ཁྱ་ཅོག བ་མཐའི་དག་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

ནང་དུ་འཛིན་ཆས། ང་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

མཛད་དུ་ནོར་ཇས། ད་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

དགོན་དུ་གྲྲ་བ། བ་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

གཞུང་ལམ་དུ་སྦྱངས་འཁོར། མ་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

ཁྱ་གར་དུ་ཆོས་ཆོགས། ང་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

བལ་ཡུལ་དུ་མཚོད་(ཆོས)རྟེན་ནམ་གསུམ། ལ་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

x °

མེ་མདར་(མདའར)མདེའུ། མེ་མདའར་དུ་མདེའུ། ལ་མཐར་དུ་དང་།

x °

ལ་མཐར་དུ་སྦྱར་བ།

རི་ཅེར་ལ་རྒྱུ། རི་ཅེ་རུ་ལ་རྒྱུ། མཐའ་མེད་ལ་ར་དང་།

x°

x°

མཐའ་མེད་ལ་རུ་སྐྱར་བ།

ཅུ་ནང་ན་ཉི་མོ། རྒྱུ་འཇུག་ལ་མ་བརྟེས་པའི་ཐུད་ན་སྐྱར་བ།

ཁྱོད་ཀྱི་ལ་ལས་མི། རྒྱུ་འཇུག་ལ་མ་བརྟེས་པའི་ཐུད་ལ་སྐྱར་བ།

རང་སྐྱོད་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

སྤྱོད་ཆ་བཟུ་བཞི་པ།

ནམ་དུ་བུ་བུ་ན་པ་རྟེན་གནས་ཀྱི་སྐྱོར་དེ་འབྲིད་ཆར་པའི་མཚམས་
སྐྱོར་དེ་རིང་ནམ་དུ་བུ་བུ་ན་པའི་བྱེ་བྲག་དེ་ཉིད་བརྗོད་པ་ནས་འབྲིད་.....
མཚམས་སྐྱོར་སྤྱོད་སྤྱོད་། འདི་ལ་ཐོག་མར་དེ་ཉིད་བརྗོད་པ་ཞེས་པའི་གྲ་
དེ་དེ་སེམས་ལ་འཇགས་དགོས་པ་ཡིན་པས་ན་དེའི་གྲ་དེ་དེ་ཉིད་འདྲ་...
རེད།

སྐྱོར་བཟུ་ནམ་དུ་བྱེ་བྲག་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ལ་སྐྱོར་གཞིའི་བྱ་
བའི་ཡུལ་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལས་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་པ་
ཞིག་ཆེར་མེད་པ་ཡིན་རུང་། སྐྱོར་གཞི་གང་ཡང་རུང་བའི་བྱ་བའི་ཡུལ་
དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ལས་གཉིས་རྩ་བོ་གཅིག་ཏུ་མཐོང་བ་
གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ནམ་དུ་བྱེ་བྲག་པའི་བྱེ་བྲག་དེ་ཉིད་བརྗོད་པ་ཞེས་
ཟེར་གྱི་རེད། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་བརྟེན་སྐྱོར་རྟགས་པ་ནམས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་
བརྗོད་པ་ལ་བྱ་བའི་ལས་རྩ་བོ་གཅིག་པའི་ནམ་དུ་བྱེ་བྲག་ཟེར་སྐུལ་ཡོད། དེ་

ཉིད་བཟོད་པའི་གོ་རྟོན་ཡིད་ལ་ངེས་པ་དང་མཉམ་ཏུ་དེའི་དབེར་བཟོད་་་
འགོད་དགོས་པ་ཡིན་པས། འདྲིའི་དབེར་བཟོད་ནི།

མེས་ཀྱི་ལྱི་དགའ་ཞེན་དེ་མེས་ཀྱི་འཆར།

×。

མེས་ཞེས་པ་བྱ་བའི་ཡུལ། ལྷ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་བཟོད་པ་དང་། ལ་དོན་
ལྱི་ཤད། འཆར་ཞེས་པ་བྱ་བའི་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་ལྟེ་འཆར་བྱ་མ་
འོངས་པ། མ་མཐར་སྒྲ་སྒྲར་བ། སྐབས་འདྲིའི་བྱ་བའི་ཡུལ་མེས་དང་།
མེས་དེ་ལ་འཆར་ཀྱི་བྱ་བའི་ལས་གཉིས་ཡིགས་སྒྲ་དབྱེར་མེད་པའི་ང་་་
པོ་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་རྟོན་རེད། དེ་བཞིན་ཏུ་སྒྲར་ཏེ།

སྒྲིག་ཏུ་ཡིབ། ལ་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

རབ་ཏུ་དགའ། བ་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

མཆན་སྟན་ཏུ་གྲགས། ན་མཐའི་དག་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

ཆང་ཏུ་བསྟལ། ང་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

དབེར་བཟོད་ཏུ་འབྲི། ད་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

ཁུན་ཏུ་སྒྲིས། ན་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

ཡིག་ལམ་ཏུ་དགོད། མ་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

ཡིག་བསྟར་ཏུ་བསྒྲིག། ར་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

གོང་འབྲེལ་ཏུ་གཏོང། ལ་མཐར་ཏུ་སྒྲར་བ།

×。

ནམ་མཁར་(མཁའ་ར་)ཡལ། ནམ་མཁའ་ར་ཅུ་ཡལ། འ་མཁར་ར་

དང་། འ་མཁར་ར་ཅུ་ཡལ།

ཅུ་ར་འབྱིལ། ཅུ་ར་འབྱིལ། མཁའ་མེད་ལ་ར་དང་། མཁའ་
x°

མེད་ལ་ར་ཅུ་ཡལ།

ཀུལ་ས་པེ་ཅིན་དེ་མི་ལམ་ན་འཁོར། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བཞུགས་པའི་

ཐུང་ན་ཅུ་ཡལ།

མེས་ཀུལ་གྱི་གནམ་གྱ་དེ་པོད་ས་མཐོའི་བར་སྒྲུང་ལ་མངོན། རྗེས་

འཇུག་ལ་མ་བཞུགས་པའི་ཐུང་ལ་ཅུ་ཡལ།

རང་སྒྲུང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཟོད།

ནམ་དབྱེ་བདུན་པའི་བྱེ་བྲག་ཆེ་སྐབས་ནས་བྲིད་གྱི་ཡིན་པས། འདི་
ལའང་སྤྱི་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་དང་། དེའི་བྱེ་བྲག་ཆེ་སྐབས་གཉིས་གྱི་གོ་
དོན་དེ་མེས་ལ་ངེས་དགོས་པ་ཡིན་པས། དེའི་གོ་དོན་ནི་འདི་འདྲ་རེད།
སྤྱི་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་དེ་ནི་བརྟེན་བྱ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་རྟེན་བཞུགས་
པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཅིང་། དེའི་བྱེ་བྲག་ཆེ་སྐབས་ནི་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་
ནང་བཞུགས་གྱི་རྟེན་གནས་དངོས་སུ་སྒྲུང་མི་དགོས་ཀྱང་། ཏུས་ཚད་གང་
ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་རྟེན་བཞུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྟེན་གནས་གྱི་བྱེ་བྲག་
ཏུ་བཞུགས་པ་རེད། ཆེ་སྐབས་གྱི་གོ་དོན་ནམས་བདེ་འཕྲོད་པོ་བྱུང་བའི་
མཚམས་སུ་དཔེར་བཟོད་འགོད་དགོས་པ་ཡིན། འདིའི་དཔེར་བཟོད་ནི།

སྤྱི་སྒྲུང་སྐབས་སུ་གཡང་བ་བྱེད་མི་ཉན། ས་མཁར་སུ་སྒྲུང་།

x°

དུས་རྟག་དུ་ལུས་ཅལ་སྤང་དགོས། ག་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

མུན་ཅུབ་དུ་ཁིར་འགྲོ་མ་བྱེད། བ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་བག་ཡིད་ཅལ་ལྟན་བྱེད། ན་མཐའི་དྲག་མཐར་

དུ་སྤྱར་བ།

ཆེ་གང་དུ་སྤྱོད་སྤྱང་མཚམས་མི་འཇོག ང་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

ནམ་བྱེད་དུ་གཉིད་ཁྲག་དགོས། ད་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

རྒྱན་དུ་གཟུགས་པོར་ཅ་ག་བྱེད། ན་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

བར་ལམ་དུ་མཇལ་རྒྱ་མི་འདུག མ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

དབྱར་དུ་ཆར་ཅུ་རྒྱས། ར་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

ནམ་བྱེད་ཡོལ་དུ་སྒྲིང་སྒྲིམ་ཆག ལ་མཐར་དུ་སྤྱར་བ།

ལ་དོན་འབྲིད་པའི་མཐར་(མཐའར)རྒྱགས་ལེན་གྱི་ཡིན། ལ་དོན་

འབྲིད་པའི་མཐའ་ཅུ་རྒྱགས་ལེན་གྱི་ཡིན། འ་མཐར་ར་དང་།

འ་མཐར་ཅུ་སྤྱར་བ།

རྒྱགས་སྤྱོད་བྱེད་ཁར་(ཁའར)དན་གེས་བརྟན་པོ་དགོས། རྒྱགས་

སྤྱོད་བྱེད་ཁ་ཅུ་དན་གེས་བརྟན་པོ་དགོས། མཐའ་མེད་ལ་ར་

དང་། མཐའ་མེད་ལ་ཅུ་སྤྱར་བ།

འཇིན་ལྷ་ཚུགས་པ་ན་སྒྲིག་ལམ་འཁྲར་དགོས། རྗེས་འཇུག་ལ་མ

བརྟུས་པའི་ཕྱད་ན་སྐྱར་བ།

སྒྲིག་ལམ་ཁྲར་སྐབས་ལ་དཀའ་ལས་ཕྱད་བྱ་ཡོང་། རྗེས་འཇུག་ལ་

མ་བརྟུས་པའི་ཕྱད་ལ་སྐྱར་བ།

རང་སྐྱོང་པ་མ་མཐོང་དཔེར་བརྙན།

སྐབ་ཆན་བཙུ་ལ།

ད་བར་ལ་དོན་ནམ། ལྷ་ལྷན་གྱི་ཕྱད་དང་། རྗེས་དབྱེ་ཁག་ལ།

དེ་དག་གི་ཆོ་དོན་དཔེར་བརྙན་དང་བཅས་པ་འཁྲིད་ཆར་བ་ཡིན།

དེ་རིང་གི་ལྷན་གྱི་རྗེས་དབྱེ་དངོས་དང་། དེ་རྗེས་ས་མཐའ་ཅན་

ཞེས་པ་མཐོང་རྗེས་འཇུག་སྐྱར་བ་བཅས་ནས་འཁྲིད་དགོས་པ་ཡིན་པས།

གཞུང་ལས།

གི་གྱི་གྱི་འི་ཡི་ལྷ་པ།

།

རྗེས་དབྱེ་རྒྱག་པ་འབྲེལ་སྐྱར་དང་།

།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཕྱད་ལྷ་པོ་དེ་དག་ རྗེས་དབྱེ་རྒྱག་པ་འབྲེལ་སྐྱར་
འཇུག་སྐྱར་ས་དེ་གིས་དགོས་པ་རེད། འབྲེལ་སྐྱི་ཕྱད་ལྷ་པོ་དེ་དག་སྐྱར་

ལྷ་ས་ནི། གཞུང་ལས།

སྤྱི་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི།

ད་བ་ས་ཀྱི་གང་གི།

འ་དང་མཐའ་མེད་འི་དང་ཡི།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མིང་མཐའ་རྗེས་འཇུག་ངེས་པ་ཅན་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་
དགོས་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལ་མ་ཟད། དེ་དག་གི་དོན་
དཔྱད་དང་། འབྲེལ་སྒྲིག་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཀྱང་ཉ་ལམ་ཅམ་ཞིག་ངེས་
དགོས་པ་ཡིན་པས་ན། ཕྱད་དེ་དག་འཇུག་པའི་ནང་ལ་བརྟེན་དང་། དག་
ཆའི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིད།

༥ དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་སྤངས་ག་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད།

ལན། མཐའ་མེད་ལ་ཡི་སྤྱི་བའི་སྐབས་སུ། དཔེར་ན། ང་ཚོ་
སྤྱི་ཁར་འགྲོ་གི་ཡིན་ཞེས་ལྟ་མའི་ཡུལ་སྐད་ཀྱི་བརྟེན་ཞིག་རེད། དག་ཆའི་
སྐབས་སུ་འགྲོ་ཡི་ཡིན། ཞེས་པ་མ་ཟད། གཅང་ཁྱལ་ལྷང་པ་འགའི་
ཡུལ་སྐད་ལ་ཡོད་པ་ལྟར་སྤྱི་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ནས་འབྲེལ་སྒྲིག་ཞེས་པའི་
འཇུག་ཡུལ་ལ་མང་དག་ཅིག་ཡོད་ཅུང་། དཔེ་ཅམ་ཞིག་གི་སྒྲིག་ནས་མཚན་
ན། མིང་དང་ཆོག་འབྲེལ་བ། ཆོག་དང་དོན་འབྲེལ་བ། རྟེན་གཞི་དང་
རྟེན་ཆས་འབྲེལ་བ། རྟེན་དང་འབྲས་བྱ་འབྲེལ་བ། རྟོག་རྒྱུ་དང་བདག་
པོ་འབྲེལ་བ། རྟོན་གིང་དང་ཡལ་ག་འབྲེལ་བ་སོགས་ཡོད་ཅིང་། མདོར་
བརྒྱས་ན། འབྲེལ་བ་ལ་ལྟོས་འཛིག་གི་འབྲེལ་བ་དང་། དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་
བ་གཉིས་སུ་མ་འདྲས་པ་མེད། གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་གཉིས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་

ནི། དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན། དེ་མིན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཚང་མ་ཡན་ཆུན་ལྟུང་
ས་ལྟུང་འཛེག་གི་སྒྲ་ནས་འབྲེལ་བ་སྟེ་དེ་གཉིས་ཁོངས་སུ་བསྐྱས་ཆོག་པ་...
རེད། འབྲེལ་སྒྲུའི་གོ་དོན་གང་ཆགས་པ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་འགོད་དགོས་
པ་ཡིན་པས། འདིའི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ཆོན་གྱི་མདངས། ན་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

གཏམ་གྱི་དོ་ཁ། མ་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

དར་གྱི་ཤམ་བྱ། ར་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

མེས་ཀྱི་ཁྱུང་ཆས། ལ་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

ཆུ་ཚོད་གྱི་སྐར་མ། ད་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

ཀྱུ་ཁ་ཁབ་ཀྱི་དཔུང་ཤུགས། བ་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

ཆས་ཀྱི་དགོངས་དོན། ས་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

བདག་གི་སྐྱབས་མགོན། ག་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

ཆང་གི་ཕྱི། ང་མཐར་གྱི་སྐྱར་བ།

x.

ནམ་མཁའི་(མཁའ་འདི)མཐའ། ནམ་མཁའ་ཡི་མཐའ། འ་མཐར་

འི་དང་། འ་མཐར་ཡི་སྐྱར་བ།

ས་ཆའི་(ཆའ་འདི)ཀྱུ་ཁྱོན། ས་ཆ་ཡི་ཀྱུ་ཁྱོན། མཐའ་མེད་ལ་འི་

དང་། མཐའ་མེད་ལ་ཡི་སྐྱར་བ།

རང་སྐྱུང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

སྒྲིབ་ཆོས་བཅུ་དྲུག་པ།

ནམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྒྲིབ་གྲོ་དོན་དང་། རྟོགས་དབྱེད། དཔེར་
བརྗོད་དང་བཅས་པ་འཁྲིད་ཆར་བ་ཡིན། ད་འབྲེལ་སྒྲིབ་ལྷན་ལུ་པོར་རྗེས་
འརྱུག་བཅུ་པ་སའི་མཐའ་རྟེན་སྦྱར་ན། གིས། གྱིས། གྱིས། རིས།
ཡིས་ཞེས་ཡོང་བ་དེ་དག་ནམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྦྱར་འརྱུག་པ་ཡིན་ཅིང་།

ནམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲིབ་གྲོ་དོན་ནི། བྱེད་ལུལ་དང་། བྱེད་པ་
པོ། བྱེད་པ་དང་བཅས་པར་ཞིབ་ཆ་ཆེར་མི་དགོས་པར་གཙོ་བོ་བྱེད་པ་
པོའམ་བྱེད་པོ་བྱེད་ལས་བཅས་ཀྱི་གོ་བ་བརྟན་པོ་ཆགས་དགོས་པ་དང་།
དུས་ནི་གཙོ་ཆེར་ད་ལྟ་བར་འརྱུག་པ་ནམས་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཚན་
རྒྱ་ཡིན་པས་འདིའི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ང་ཆོས་ནན་ཏན་གྱིས་སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

× °

ཁྲིང་ཆོས་ནན་ཏན་གྱིས་སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་འདུག

× °

ང་ཆོས་ཞེས་པ་དང་ཁྲིང་ཆོས་ཞེས་པ་གཉིས་བྱེད་པ་པོའི་སྒྲུ་རེད། ནན་
ཏན་གྱིས་ཞེས་པ་བྱེད་པོའི་སྒྲུ་ཡིན། སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་པ་དང་།
སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་པ་གཉིས་རང་གཞན་གཉིས་ས་སར་སྦྱར་བའི་
བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་པ་སྟེ། སྒྲིབ་བྱེད་ད་ལྟ་བ་དང་། སྦྱང་
བྱེད་ད་ལྟ་བར་འརྱུག་པ། ན་མཐའ་གྱིས་སྦྱར་བ། དེ་ནང་བཞིན་ལུལ་

ལྷངས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ།

ང་ཚས་ཞི་འཇམ་གྱིས་འབྲས་མལ་བྱེད་ཀྱི་ཡང་། ཁོང་ཚས་ཞི་

x °

འཇམ་གྱིས་འབྲས་མལ་བྱེད་ཀྱི་འདུག མ་མཐར་གྱིས་སྐྱར་བ།

x °

ང་ཚས་ཀྱལ་དར་གྱིས་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་ཡི(གི)ཡང་། ཁོང་ཚས་ཀྱལ་

x °

དར་གྱིས་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་ཡི(གི)འདུག ར་མཐར་གྱིས་སྐྱར་བ།

x °

ང་ཚས་དྲ་གལ་གྱིས་སྐད་ཆ་ཤོད་ཀྱི་ཡང་། ཁོང་ཚས་དྲ་གལ་གྱིས་

x °

སྐད་ཆ་ཤོད་ཀྱི་འདུག ལ་མཐར་གྱིས་སྐྱར་བ།

x °

ང་ཚས་ཚུ་ཚད་གྱིས་སླབ་སྒྲུང་དུས་ཚད་སྒྲིག་གི་ཡང་། ཁོང་ཚས་ཚུ་

x °

ཚད་གྱིས་སླབ་སྒྲུང་དུས་ཚད་སྒྲིག་གི་འདུག ད་མཐར་གྱིས་

x °

སྐྱར་བ།

ང་ཚས་ཡབ་གྱིས་སླབ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡང་། ཁོང་ཚས་

x °

ཡབ་གྱིས་སླབ་སྟོན་གནང་བ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་འདུག བ་མཐར་

x °

གྱིས་སྐྱར་བ།

ང་ཚས་ཐབས་ཤེས་གྱིས་གོ་བརྟེན་སྒྲུང་ཀྱི་ཡང་། ཁོང་ཚས་ཐབས་

x

ཤེས་གྱིས་གོ་བརྟེན་སྒྲུང་ཀྱི་འདུག ས་མཐར་གྱིས་སྐྱར་བ།

x °

ང་ཚས་སྟག་གིས་མཆེ་བ་གཅིག་པར་སྒྲུང་དག་མེད། ཁོང་ཚས་

x °

ལྷག་གིས་མཆེ་བ་གཅིག་པ་ལྷང་དག་མི་འདུག ག་མཐར་

x°

གིས་སྤྱར་བ།

ང་ཆོས་ཆང་གིས་ར་བཟི་བྱེད་ཀྱི་མེད། ཁྱོད་ཆོས་ཆང་གིས་ར་བཟི་

x°

བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག ང་མཐར་གིས་སྤྱར་བ།

ང་ཆོས་ཡིག་མདས་(མདའ་ས)འཕྲོ་བཞག་གཏོང་གི་མེད། ཁྱོད་

x°

ཆོས་ཡིག་མདས་(མདའ་ས)འཕྲོ་བཞག་གཏོང་གི་མི་འདུག འ་

x°

མཐར་འིས་སྤྱར་བ།

ང་ཆོས་ཡིག་མདའ་ཡིས་འཕྲོ་བཞག་གཏོང་གི་མེད། ཁྱོད་ཆོས་

x°

ཡིག་མདའ་ཡིས་འཕྲོ་བཞག་གཏོང་གི་མི་འདུག འ་མཐར་

x°

ཡིས་སྤྱར་བ།

ཅིང་སྤྱང་དེས་ཡན་ཤོགས་ཆེན་པོ་བྱང་། ཅིང་སྤྱང་དེས་ཡན་ཤོགས་

x°

ཆེན་པོ་བྱང་འདུག མཐར་མེད་ལ་འིས་སྤྱར་བ།

ཅིང་སྤྱང་དེ་ཡིས་ཡན་ཤོགས་ཆེན་པོ་བྱང་། ཅིང་སྤྱང་དེ་ཡིས་ཡན་

x°

ཤོགས་ཆེན་པོ་བྱང་འདུག མཐར་མེད་ལ་ཡིས་སྤྱར་བ།

རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཞིན།

དེས་(དེའིས)ན་མ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྤྱི་གོ་དོན་དང་། མན་ངག་

དཔེར་བཞིན་བཅས་པ་འབྲིད་ཆར་སང་། ད་ན་མ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་གྲང་

གཞན་དང་ཅན་རྒྱུ་འཁྲིད་དགོས་པ་ཡིན་པས། རྒྱུ་འཁྲིད་ཀྱི་ནུས་
 བྱངས་དང་། དེ་ལ་མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་རྩི་ཡོད། གོ་དོན་བཅས་ཡིན་
 ལ་འཇགས་དགོས་པ་ཡིན། རོ་ན། རྒྱུ་འཁྲིད་ཀྱི་ནུས་བྱངས་གཙང་ཡོད་
 པ་དང་། མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་མི་འདྲ་བ་རྩི་ལྟར་ཡོད་པ། དེ་དག་གི་
 གོ་དོན་བཅས་ཞིབ་ཆ་འགོད་ཀྱི་ཡིན་པས་གསན་བཞེས་དང་འབྲེལ་བའི་...
 ཡིད་འཇོག་བརྟན་པ་ཞིག་གནང་དགོས་པར་ངས་དེ་འདྲན་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
 རྒྱུ་འཁྲིད་ནང་ཅན་རྒྱུ་ཞེས་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་ནུས་བྱངས་ལ་མཐུན་པའི་ཆོག་
 རྒྱུ་དང་། མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་དང་། རྒྱུ་སྐྱེ་བཅས་གསུམ་
 ཡོད་ཅིང་། མཐུན་པའི་རྒྱུ་དེ་ལ་འང་ཆོག་ཁོ་ན་ལྟ་བུ་མཐུན་པ་དང་།
 ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་མཐུན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལྟར་
 ལ་མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། མི་དུའི་ལྷགས་འཛིན་
 པ་སྐྱེས་མང་དག་ཅིག་གིས་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ལ་ཆོག་ཁོ་ན་ལྟ་བུ་མཐུན་པ་
 ཞིག་དགོས་པར་བཞེད་ཅིང་། ཡང་བརྟག་དབུད་ཅན་གྱི་མཁས་པ་འགའ་
 ཞིག་གིས་ནི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ལ་ཆོག་ཁོ་ན་མཐུན་པ་ཅམ་མ་ཟད། ཆོག་
 དོན་གཉིས་ཀ་མཐུན་པས་ཀྱང་ཆོག་པར་བཞེད་པ་དང་། ལྷགས་སྐྱེ་མས་
 ནི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་སུ་མ་གཏོགས་
 པའི་ཀྱང་། འང་། ཡང་། གསུམ་གྱི་སྤྱད་ཆང་མ་རྒྱུད་སྐྱེ་ཡིན་པར་
 བཞེད་པ་དང་། ལྷགས་སྐྱེ་མས་ནི་རྒྱུ་སྐྱེ་ལ་རྒྱུ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་
 ཞིག་ངས་པར་དུ་རྒྱུ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་འདུག
 རྒྱུ་ཆོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ། མ་ཟད་ཅེས་པ་དང་། ལྟ་ཅི་ཞེས་
 པ། ད་དུང་སྐྱེས་ཅི་ཞེས་པ་དང་། ཡར་བཞག་ཅེས་པ། ཁར་ཞེས་པ།
 མོག་ཅེས་པ་སྐྱེས་ཡོད། དེ་དག་ལ་གོ་དོན་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་པའི་

མཚམས་སྡེ་དཔེར་བརྗོད་འགོད་པའི་སྐབས་ལ་སླེབས་པ་ཡིན།

འདི་འང་རྗེས་འརྱུག་ལ་སྟོན་པའི་ཐུང་གཞན་དཔང་ཅན་ཡིན་པས་ན།
གཞུང་ལས།

ཀྱང་འང་ཡང་གསུམ་རྒྱན་སྟེང་། །

ག་ད་བ་ས་དག་མཐར་ཁུང་། །

ང་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། །

འ་དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མིང་མཐའི་རྣམ་འཁུག་གི་གོ་རིམ་མ་འཁུག་པ་.....

ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་དཔེར་བརྗོད་ནོ།

ང་ཚོའི་ཡི་གེ་འདི་ནི་དག་གུང་དག་པ་ཡིད། ཁོ་ཚོའི་ཡི་གེ་དེ་ནི་

x
x
 དག་ཀྱང་དག་པོ་འདུག ག་མཐར་ཀྱང་ཕྱར་བ།

གོ་དོན་ཆང་མ་བཤད་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན། གོ་དོན་ཆང་མ་བཤད་

ཀྱང་བཤད་སྤང་། ད་མཁར་ཀྱང་སྤྱར་བ།

གསར་བཞུང་ལས་དོན་མང་པོ་སྐྱེ་བ་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཀྱི་འདུག གསར་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཕྱུང་ལྷན་པ།

མིང་དོན་སྤྱོད་མིང་མཁས་པུང་མཁས་པོ་འདུག མིང་དོན་སྤྱོད་

ཁྱིད་མཁས་ཀྱང་མཁས་པོ་ཡིད། མ་མཐར་ཀྱང་སྐྱར་བ།

x . x

དགོང་ལྟར་ཡལ་ཆེར་སྒྲིག་བརྟན་བརྟན་དྲུང་བརྟན་དྲུང་ཡིན།

x . x

དགོང་ལྟར་ཡལ་ཆེར་སྒྲིག་བརྟན་བརྟན་དྲུང་བརྟན་དྲུང་སྤང་།

x . x

ན་མཐའི་དྲག་མཐར་ཀྱང་སྐྱར་བ།

སྒྲི་སྟན་འབའ་ཆ་བཏང་ཡང་བཏང་བ་ཡིན། སྒྲི་སྟན་འབའ་ཆ་

x . x

བཏང་ཡང་བཏང་སྤང་། ང་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

x . x

ཆེར་མ་འདི་ལ་དྲུག་ལྷག་འཁོན་ཡང་འཁོན་གྱི་འདྲུག ཆེར་མ་དེ་

x . x

ལ་དྲུག་ལྷག་འཁོན་ཡང་འཁོན་གྱི་ཡིད། ན་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

x . x

མལ་གཟན་འདི་འཇམ་ཡང་འཇམ་པོ་འདྲུག མལ་གཟན་དེ་འཇམ་

x . x

ཡང་འཇམ་པོ་ཡིད། མ་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

. x

མེས་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་དར་ཡང་དར་པོ་འདྲུག མེས་པོའི་རྒྱལ་

x . x

ཁབ་ནི་དར་ཡང་དར་སྤང་། ར་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

x . x

དཔེར་བརྗོད་འདི་ཆོ་ཁ་གསལ་ཡང་གསལ་པོ་བྱུང་སྤང་། དཔེར་

x . x

བརྗོད་དེ་ཆོ་ཁ་གསལ་ཡང་གསལ་པོ་བྱུང་འདྲུག ལ་མཐར་

x . x

ཡང་སྐྱར་བ།

མི་དམངས་ཀྱི་ཞབས་འདིགས་འདི་དགའང་དགའ་པོ་འདུག མི་

x . x

དམངས་ཀྱི་ཞབས་འདིགས་དེ་དགའང་དགའ་པོ་ཡང་། འ་

x . x

མཐར་འཇུག་པ།

སློབ་སླྱང་བྱེད་མཁུ་འདི་དགའ་ཡང་དགའ་པོ་འདུག སློབ་སླྱང་བྱེད་

x . x

མཁུ་དེ་དགའ་ཡང་དགའ་པོ་ཡང་། འ་མཐར་འཇུག་པ།

x . x

དགུན་ཁའི་ཉི་མོ་དེ་རྫོང་རྫོང་པོ་འདུག དགུན་ཁའི་ཉི་མོ་དེ་

x . x

རྫོང་རྫོང་པོ་ཡང་། མཐར་མེད་ལ་འཇུག་པ།

x . x

དང་སངས་སློབ་གྲུ་ཡང་སློབ་ཀྱི་འདུག དང་སངས་སློབ་གྲུ་ལྟ་

ཡང་སློབ་ཀྱི་ཡང་། མཐར་མེད་ལ་འཇུག་པ།

རང་སློབ་པ་ས་སའི་དཔེར་བཞིན།

སློབ་ཚན་བཅུ་བདུན་པ།

དེས་སི་དུ་སྐགས་མཁས་པ་ཁག་གཅིག་གི་བཞེད་སྲུལ་ལ་ཡོང་བའི་
ཆིག་ཁོ་ན་མཐུན་པའི་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན་དཔེར་བཞིན་དང་བཅས་པ་འཁྲིད་
ཅར་ནས། ད་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་བཞེད་སྲུལ་མི་མཐུན་པ་མེད་པའི་མི་

མཐུན་པའི་ཆོག་ཀྱན་འཁྱིད་མཆམས་ལ་སྤྱབས་སང་བས། མི་མཐུན་པའི་
ཆོག་ཀྱན་ཞེས་པ་འདི་ཆོག་དན་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་མི་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་
ཀྱི་འདུག འདིའི་དབར་པར་དྲན།

ཅ་ལག་རྒྱལ་པོ་ལ་འདི་ག་ཚོད་པལྷག་གུང་ཁ་ཐུག་ལ་རྟུང་གི་མི་.....

x **o**

२५५

ཅ་ལག་རྒྱལ་ཡིན་དེ་ག་ཚོད་བཞག་ཀྱང་ཁ་ཐུག་བཟུང་མི་ཡང་།

X

ག་མཐར་ཀྱང་སྤྱར་བ།

གོ་ཤེས་མེད་པའི་མི་འདི་ལ་སྒྲིང་ཆ་མང་པོ་བཞད་ཀྱང་ཉན་འཇགས་

x

བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག ཞེ་གེས་མེད་པའི་མི་དེ་ལ་སྐད་ཆ་མང་པ་
བཞད་ཀྱང་ཉན་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། ད་མས་ཀྱང་སྐྱར་བ།

X

ཡིག་པ་རྒྱལ་པོའི་མི་རྒྱལ་ལ་ཡང་ཡང་བསྐྱབ་ཀྱང་ཤེས་ཁག་པོ་...

X

འདུག རིག་པ་རྒྱལ་པོའི་མི་དེ་ལ་ཡང་ཡང་བསྐྱབ་ཀྱང་ཤིས་...

X 0

ཁག་པོ་ཡིང་། བ་མཐར་ཀྱང་སྤྱར་བ།

ནམ་མཁའི་མཐོངས་ཀྱི་བྱ་འཕྲིད་དེ་ལ་ནམ་ཏན་བརྟུས་ཀྱང་གསལ་

X

སྤར་རྩལ་འཕྲོད་ཀྱི་མི་འདུག བཅ་མཁའི་མཚན་པ་གྱི་བྱ་འཕྲིལ་
 དེ་ལ་བཟུང་བ་ལྟུང་གྲུང་གསལ་སྤར་རྩལ་འཕྲོད་ཁག་སྤེལ་།

X

(མཆན་ ༡)ས་མཐོང་གྲང་ལྟུང་བ།

ဤစွဲအားဖြင့် နောက်ဆက်တွဲ၍ အကျိုးအမြတ်များကို ရရှိရန် ဤစွဲ

X

པོ་དེ་ཡང་བཀའ་དྲུང་ཚུར་ཁ་ལྷག་བརྒྱབ་ཡོང་། ར་མཐའི་

x =

དག་མཐའ་ཁྱེད་ལྟར་བ།

ང་ཚོས་ཁ་པར་ཚར་མང་པོ་བཏང་ཡང་ལན་སྟོག་མཁན་མི་འདུག

x =

ང་ཚོས་ཁ་པར་ཚར་མང་པོ་བཏང་ཡང་ལན་སྟོག་མཁན་མ་ལྟོ་

x =

བྱུང་། ང་མཐའ་ཡང་སྟུར་བ།

ང་ཚོས་སྐད་ཆ་འདི་ལ་ག་ཚེད་ཉན་ཡང་དོན་དག་གསལ་པོ་ཞིག་ཏེ་

x =

གོ་ཡི་མི་འདུག (མཆན་ ༢) ཁོ་ཚོས་སྐད་ཆ་དེ་ལ་ག་ཚེད་ཉན་

x

ཡང་དོན་དག་གསལ་པོ་ཞིག་ཏེ་གོ་མི་འདུག བ་མཐའ་ཡང་

。

སྟུར་བ།

ཨི་ཇིབ་ཀྱི་དམག་འཁྲུག་འདི་གནས་སྐབས་ཡམ་ཡང་མཐའ་ཀྱལ་གྱི་

x

ངེས་ཅན་ཡིན། ཨི་ཇིབ་ཀྱི་དམག་འཁྲུག་དེ་གནས་སྐབས་ཡམ་

x

ཡང་མཐའ་ཀྱལ་གྱི་ངེས་ཅན་རེད། (མཆན་ ༣) མ་མཐའ་ཡང་

སྟུར་བ།

སྐྱེ་མདུན་ལ་ཐོངས་མང་པོ་བཅར་ཡང་མཇུག་མ་བྱུང་། སྐྱེ་མདུན་

x

ལ་ཐོངས་མང་པོ་བཅར་ཡང་མཇུག་མ་སོང་། ར་མཐའ་ཡང་

x =

སྟུར་བ།

ང་ཚས་དགོང་ལྟར་རེ་བཞིན་ལྷོད་པོ་བྱས་ནས་ཉལ་ཡང་གཉིད་ཁྲག་

གི་མི་འདུག ཁྱོད་ཚས་དགོང་ལྟར་རེ་བཞིན་ལྷོད་པོ་བྱས་ནས་
ཉལ་ཡང་གཉིད་ཁྲག་མི་འདུག ལ་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

དྲན་མེད་གྱི་འཁྲབ་ཅིག་གྲག་གྱུ་འདི་སེམས་པ་དགའང་གཟུགས་...

པོ་བདེ་པོ་རང་མི་འདུག དྲན་མེད་གྱི་འཁྲབ་ཅིག་གྲག་གྱུ་དེ་
སེམས་པ་དགའང་གཟུགས་པོ་བདེ་པོ་མི་ཡང་། འ་མཐར་

འང་སྐྱར་བ།

དྲན་དག་ཡོད་པའི་ལས་རྩལ་འདི་ལྷན་པོ་དཀར་ཡང་སེམས་པ་སྐྱད་

པོ་འདུག དྲན་དག་ཡོད་པའི་ལས་རྩལ་དེ་ལྷན་པོ་དཀར་ཡང་

སེམས་པ་སྐྱད་པོ་ཡང་། འ་མཐར་ཡང་སྐྱར་བ།

(མཆན་ ༡) བྱ་འཕེར་ཞེས་པ་ཤོག་བྱས་བཟོས་པ་དེ་ལ་ཟེར།

(མཆན་ ༢) དག་ཆ་དང་ཉ་གོ་གི་མི་འདུག་ཅེས་པ་བདེ་ཡིན།

(མཆན་ ༣) གླུ་པ་དྲན་གྱི་དཔེར་བཞིན་ཡིན།

མི་འདི་ཁ་ཆའང་སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་འདུག མི་དེ་ཁ་ཆའང་

སེམས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད། མཐར་མེད་ལ་འང་སྐྱར་བ།

སྐྱགས་དང་སྐྱུ་ལ་རྩ་ར་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོད་པ་འདི་ཤོག་མར་བསྐྱ་ཡང་...

མཇུག་ལ་མངར་ཞིང་གཟུགས་པོར་པན་པོ་འདུག སྐྱགས་དང་

སྐྱུ་ལ་རྩ་ར་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོད་པ་དེ་ཤོག་མར་བསྐྱ་ཡང་མཇུག་ལ་

མངར་ཞིང་གཟུགས་པོར་པན་པོ་ཡང་། མཐའ་མེད་ལ་ཡང་

སྒྱར་བ།

རང་སྒྱུར་བ་ས་སའི་དཔེར་བརྟེན།

དེས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་སྒྲུལ་མི་མཐུན་པ་མེད་པའི་ཆོག་ལྟ་
དོན་གཉིས་ཀ་མི་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་གོ་དོན་དཔེར་བརྟེན་དང་འབྲེལ་
བ་འབྲིད་ཆར་བ་ཡིན། གོང་གསལ་གྱི་ལུགས་ཀྱི་མས་ཆོག་ཁོ་ན་མཐུན་པ་
མ་ཟད། དོན་ཡང་མཐུན་ན་མཐུན་པའི་ཆོག་རྒྱན་དུ་ངོས་འཛིན་ཆོག་པའི་
བཞེད་སྒྲུལ་ལྟར་གྱི་དཔེར་བརྟེན་ནི།

ཆོག་ཁེབས་(ཁོག)འདི་སྤྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གྲུང་མཁེག་ལྟ་ལྟ་.....

(མཁེག)པོ་ཡང་། ཆོག་ཁེབས་(ཁོག)འདི་སྤྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གྲུང་མཁེག་ལྟ་ལྟ་
x

(ཁོག)ཀྱང་མཁེག་(མཁེག)པོ་འདུག ག་མཐའ་ཀྱང་སྒྱར་བ།
x

ཁང་པ་འདི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། བང་མཛེད་ཀྱང་མང་པོ་ཡང་། ཁང་པ་

དེ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། བང་མཛེད་ཀྱང་མང་པོ་འདུག ད་མཐའ་
x

ཀྱང་སྒྱར་བ།

ཆེ་མ་ལས་འདི་སྤྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གྲུང་མཁེག་ལྟ་ལྟ་། ཁང་ཀྱང་རྫོན་(རྫོན)པོ་ཡང་།
x

ཆེ་མ་ལས་དེར་སྤྱི་ལོ་ལ་སྤྱི་གྲུང་མཁེག་ལྟ་ལྟ་། ཁང་ཀྱང་རྫོན་(རྫོན)པོ་
x

འདུག ག་མཐའ་ཀྱང་སྒྱར་བ།

ང་ཚོ་འི་ཡཔ་ཡུམ་སྐྱུ་ཁམས་བཟང་ལ་སྒྲས་སྒྲིས་(སྒྲས་དང་སྒྲས་མའི་

རྒྱད་ཚིག་)ཀྱང་འཛམས་པོ་ཡོད། ^x ཁོང་ཚོ་འི་ཡཔ་ཡུམ་སྐྱུ་

ཁམས་བཟང་ལ་སྒྲས་སྒྲིས་ཀྱང་འཛམས་པོ་འདུག ས་མཐར་ཀྱང་

x .

སྦྱར་བ།

དབུ་གྱར་འདི་ཁམས་དྲངས་ཤིང་བཞུགས་གདནད་ཀྱང་མཐུག་པོ་

ཡོད། ^x དབུ་གྱར་དེ་ཁམས་དྲངས་ཤིང་བཞུགས་གདནད་ཀྱང་

x .

མཐུག་པོ་འདུག ན་མཐའི་དག་མཐར་ཀྱང་སྦྱར་བ།

ཐུགས་སྒྲོ་འདིར་ཞལ་ལག་(གསལ་ཚིགས་)ལྷགས་པོ་ཆེ་ཞིང་།

མཚད་ཆང་ཡང་ཞིམ་པོ་ཡོད། ཐུགས་སྒྲོ་དེར་ཞལ་ལག་ལྷན་

པོ་ཆེ་ཞིང་། ^x མཚད་ཆང་ཡང་ཞིམ་པོ་འདུག ང་མཐར་ཡང་

x .

སྦྱར་བ།

སྒོ་མཐུན་པ་འདི་སྐྱུ་ཡོན་ཆེ་ལ་མཚན་ཡང་སྒྱན་པར་གྲགས་པ་ཞིག་

ཡོད། ^x སྒོ་མཐུན་པ་དེ་སྐྱུ་ཡོན་ཆེ་ལ་མཚན་ཡང་སྒྱན་པར་

x .

གྲགས་པ་ཞིག་འདུག ན་མཐར་ཡང་སྦྱར་བ།

ཁམས་བོད་དང་། མཚོ་བོད་སྐངས་འཁོར་གཉིས་པོ་འདིར་སྤྱད་

གནས་སྤྱད་ཅིང་འགྲོ་ལམ་ཡང་བདེ་པོ་འདུག ནག་མངའ་

x

སྐངས་འཁོར་དེར་སྤྱད་གནས་སྤྱད་ཅིང་འགྲོ་ལམ་ཡང་བདེ་པོ་

x .

འབར་པོ་འདུག མཐའ་མེད་ལ་འང་སྐྱར་བ།

མི་འདི་རིག་པ་བརྟན་ལ་ཁ་བཟོ་ཡང་འཕེར་པོ་ཞི་དག་ཡོད། མི་དེ་རིག་

x °

པ་བརྟན་ལ་ཁ་བཟོ་ཡང་འཕེར་པོ་ཞི་དག་འདུག མཐའ་མེད་ལ་

x °

ཡང་སྐྱར་བ།

དེ་ལྟར་ལྷགས་ཕྱི་མ་ཆིག་ཁོ་ན་མཐུན་པ་ཅས་མ་ཟད། རྟོན་ཡང་

མཐུན་གྱི་འདུག་ན་མཐུན་པའི་རྒྱ་དུ་བཞེད་པ་ན་མས་ཀྱིས་ནི་སྐྱད་སྐྱ་ལ་...

སྐྱད་ཆིག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱ་དུ་སྐྱབ་ཆན་ཐོག་བཞོད་ཟིན་པ་དེ་དག་...

གང་རུང་ཞིག་སྐྱར་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལ་དཔེར་བརྗོད་འགོད་.....

པར།

ང་ཆོས་བོད་ཡིག་མ་ཟད། རྒྱ་ཡིག་ཀྱང་བྲི་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་

x °

ཆོས་བོད་ཡིག་མ་ཟད། རྒྱ་ཡིག་ཀྱང་བྲི་ཤེས་ཀྱི་འདུག ག་

x

མཐའ་ཀྱང་སྐྱར་བ།

ང་ཆོས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སྐད་རྒྱག་ཤེས་པའི་ཁར། ལྷ་རྩ་སྤྲི

སྐད་ཀྱང་རྒྱག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཆོས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སྐད་

x °

རྒྱག་ཤེས་པའི་ཁར། ལྷ་རྩ་སྤྲི་སྐད་ཀྱང་རྒྱག་ཤེས་ཀྱི་འདུག

x °

ད་མཐའ་ཀྱང་སྐྱར་བ།

ང་ཆོས་གཤགས་བརྒྱབ་པས་མི་ཆད། གཏམ་ཡང་བཏང་བ་ཡིན།

x °

ཁོ་ཚོས་གཤགས་བརྒྱབ་པས་མི་ཚད། གནམ་ཡང་བདང་

x °

སོང་། མ་མཐར་ཡང་སྤྱར་བ།

ང་ཚོས་དམག་འབྲུག་འདིར་རྒྱལ་ཁ་སྤངས་པས་མི་ཚད། དམག་

དར་ཡང་བཅུགས་པ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་དམག་འབྲུག་འདིར་རྒྱལ་

x °

ཁ་སྤངས་པས་མི་ཚད། དམག་དར་ཡང་བཅུགས་སོང་། ར་

x °

མཐར་ཡང་སྤྱར་བ།

ང་ཚོས་པགས་རིགས་དང་། ར་མ་བཙོངས་པ་མ་ཟད། བལ་ཡང་

x

བཙོངས་པ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་པགས་རིགས་དང་། ར་མ་

བཙོངས་པ་མ་ཟད། བལ་ཡང་བཙོངས་པ་རེད། ལ་མཐར་

x °

ཡང་སྤྱར་བ།

ང་ཚོས་སུམ་རྟགས་སྤྱབ་སྤྱང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤྱབ་སྤྱང་གི་

མཐའ་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡིན། ཁོ་ཚོས་སུམ་རྟགས་སྤྱབ་སྤྱང་བྱེད་

x °

ཀྱི་འདུག་པ་མ་ཟད། སྤྱབ་སྤྱང་གི་མཐའ་བསྐྱལ་རྒྱ་རེད།

x °

ལ་མཐར་ཡང་སྤྱར་བ།

ལྷགས་རིགས་འདི་ཚོར་བདག་སྤྱད་མ་ཕྱང་བས་མི་ཚད། བཅའ་

x

ཡང་བརྒྱབ་འདུག ལྷགས་རིགས་དེ་ཚོར་བདག་སྤྱད་མ་ཕྱང་

བས་མི་ཚད། བཅའ་ཡང་བརྒྱབ་བཞག ལ་མཐར་ཡང་སྤྱར་

x °

བ།

ས་ནམ་པ་དེ་ཚོ་འབྱོར་ཟིན་པའི་ཁར། ས་ནམ་པ་དེ་ཚོ་འང་སྒྲིབས་

x .

རན་བཞག མཐའ་མེད་ལ་འང་སྐྱར་བ།

དགུན་འདྲིན་པའི་སྐབས་ཚུ་ལ་འབྲག་པ་ཐེབས་པ་སྒྲིས་ཅི། སྐྱམ་

ལ་ཡང་འབྲག་པ་རྒྱག་གི་འདུག མཐའ་མེད་ལ་ཡང་སྐྱར་བ།

རང་སྐྱོང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཟོད།

དེས་ནམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་རྒྱུད་ཀྱི་གོ་...
དོན་དང་། མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་མི་འདྲ་བ་ཇི་ཡོད། རྒྱུད་ཚིག་གསལ་
བྱེད་ཀྱི་སྒྲུར་སྐྱོངས་བཅས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཐོག་ནས་...
ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་ངེས་འབྲིད་ཅེས་བ་ཡིན་ཅིང་། རྒྱུད་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲུབ་ནི་
བསྐྱེད་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྐྱེད་གཞིར་བྱས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་...
ཡང་།

སྒྲིབ་ཆེན་བཙུང་བ།

དེ་ནས་ནམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་རྒྱག་བཅས་ཀྱི་
སྤྱིད་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱག་བཅས་ཀྱི་སྐྱར་འདྲི་ལ་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་
དོན་བྱས་ན། ཅ་བ་གསུམ་ལ་ཡལ་ག་བདུན་དུ་བྱེས་པའི་སྤྱིད་སྐྱོངས་

གཅིག་ཡོད་པ་དེའི་ཁར། གོང་གསལ་ལ་དོན་གྱི་སྐབས་ནས་ཐོན་པའི་ཡུན་
 གྱི་གསལ་ན་དང་། ལ་གཉིས་ལའང་ནའི་འཇུག་པ་བཅུ་བཞི་ཟེར་བ་དང་
 ལའི་འཇུག་པ་བརྒྱད་ཅེས་པའི་ཁྲིད་སྟེན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བྱིད་རང་རྣམ་པའི་
 ཤེས་རྟོགས་ཀྱི་ཆ་ཆད་རིམ་བཞེན་མཐོ་ཏུ་ཐེབས་སྐྱུ་ཡིན་པར་བརྟེན་ད་
 རེས་འགོད་གཞི་ཆུང་པའི་ཆེད་ཏུ་ཐང་ཙམ་ཞུ་གྱུ་ཡིན།

དེས་ན་ལྷག་བཅས་ཞེས་པ་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དེའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་
 དག་གི་འཕྲོ་མ་རྒྱུགས་པའི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན་
 གནས་སྐབས་ཆིག་དོན་གྱི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་ཞེས་པ་འདི་རང་གི་ཐོག་
 བས་འཁྲིད་ན་ལེགས་པ་འདུག་པས། གཞུང་ལས།

སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཏེ། །
 བ་ར་ལ་ས་དྲག་མཐར་ཏེ། །
 ད་དེ་ག་ང་བ་མ་ལ། །
 མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་ཐོབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཅ་བའི་དངོས་བསྟན་ས་སྟེ་དང་། རྒྱགས་
 བསྟན་རྗེས་འཇུག་གི་སྒྲ་སྒྲུར་དང་མཐུན་པའི་ཏེ་ཞེས་པ་དང་། དེ་ཞེས་པ་
 བཅས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ཕྱིས་པར་གི་ཐོག་ལ་བཞོད་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་མིག་ལ་བསྟན་ཏེ་.....

འཁྲིད་དགོས་པ་ཡིན། ཕྱིས་པར་གི་ཐོག་ལ་བཞོད་པའི་ཡི་གེ་
 རྣམས་མིག་ལ་བསྟན་ཏེ་བྲིད་སྟེན་ཡོད། བ་མཐར་ཏེ་སྒྲུར་བ།

x .

ཡིག་ཐེང་ན་མས་ཆར་དུ་དངར་བར་བསྐར་ཏེ་བྱིས་ན་མ་གཏོགས།

x .

ཁྱག་གེ་ཁྱག་གེ་འབྲི་མི་ཉན། ཡིག་ཐེང་ན་མས་ཆར་དུ་དངར་
བར་བསྐར་ཏེ་བྱིས་ཨང་པ་མ་གཏོགས། ཁྱག་གེ་ཁྱག་གེ་

x .

(ཡར་ཁྱག་ཆུར་ཁྱག་)དེ་འབྲི་བྱིས་ཨང་དོ། །ར་མཐར་ཏེ་
སྐར་བ།

དྲ་པ་འདི་ཆ་རྟ་དེལ་ལ་བཀལ་ཏེ་དཔོར་དགོས་ཀྱི་རེད་མ་

x .

གཏོགས། ར་རེ་ར་རེ་(གང་བྱང་མང་བྱང)བྱས་ན་ལས་
ལས་ཤོར་ཡང་། དྲ་པ་འདི་ཆ་རྟ་དེལ་ལ་བཀལ་ཏེ་དཔོར་ཀྱི་

x .

འདུག་པ་མ་གཏོགས། ར་རེ་ར་རེ་ཅ་བ་ནས་བྱེད་ཀྱི་མི་
འདུག ལ་མཐར་ཏེ་སྐར་བ།

གཏོང་ཡིག་འདི་ཆ་ཆ་ཆར་བྱིས་ཏེ་སྐྱག་ཐོག་ལ་གཏང་བྱ་ཡིན།

x .

གཏོང་ཡིག་དེ་ཆ་ཆ་ཆར་བྱིས་ཏེ་སྐྱག་ཐོག་ལ་གཏང་བྱ་ཡིན་པ་

x .

རེད། མ་མཐར་ཏེ་སྐར་བ།

བྱ་ཡིག་གི་དྲན་དག་འདི་ཆ་བོད་ཡིག་ཐོག་ལ་བསྐྱར་དེ་ཏེ་གསར་པ་

x .

འབྱར་ལ་འགོད་ཀྱི་ཡོད། བྱ་ཡིག་གི་དྲན་དག་དེ་ན་མས་བོད་
ཡིག་ཐོག་ལ་བསྐྱར་དེ་ཏེ་གསར་འབྱར་ལ་འགོད་ཀྱི་འདུག ར་

x .

མཐའི་བྱག་མཐར་ཏེ་སྐར་བ།

ལྷོད་ལྷོད་བྱས་ནས་བཟུང་དེ་ཡན་ཏན་སྤྲུལ་གྱི་ཡན་ན་ཡག་པོ་ཡང་།

×
ལྷོད་ལྷོད་བྱས་ནས་བཟུང་དེ་ཡན་ཏན་སྤྲུལ་གྱི་ཡན་ན་ཡག་པོ་

×
ཡོད། ད་མཐར་དེ་ཐུར་བ།

ཐང་བ་འཁོར་བ་འདི་ཙྏ་སྐྱུག་ཉེ་ཐང་ཐག་ལ་བརྒྱ་རྒྱུ་ལས་གནང་།

×
ཐང་བ་འཁོར་བ་དེ་ཙྏ་སྐྱུག་ཉེ་ཐང་ཐག་ལ་བརྒྱ་དགོས་པ་...

འདྲུག་ག་མཐར་ས་ཉེ་ཐུར་བ།

སྐྱུག་ཡིག་འདི་ལས་ཐང་བཏང་ཉེ་ངེས་འཕྲོད་ཡོང་བ་གནང་རྒྱུ་ས་

×
གནང་། སྐྱུག་ཡིག་དེ་ལས་ཐང་བཏང་ཉེ་ངེས་འཕྲོད་ཡོང་བ་

×
ལྷུས་ཚལ་ད་མཐར་ས་ཉེ་ཐུར་བ།

སན་འདི་ཙྏ་འདེབས་དུས་མ་འཕྱུགས་པར་བཏང་ཉེ་འདེབས་རྒྱུ་འདེབས་རྒྱུ་

×
གཏོང་ཅིས་ཡོད། (མཆན་) སན་དེ་ཙྏ་འདེབས་དུས་མ་

འཕྱུགས་པར་བཏང་ཉེ་འདེབས་རྒྱུ་འདེབས་རྒྱུ་གཏོང་དགོས་འདྲུག

×
བ་མཐར་ས་ཉེ་ཐུར་བ།

རྩ་བུ་མ་འདི་པར་བཞག་ཉེ་རྩ་བུ་པོ་ཞིག་སྐྱུགས་རྒྱུ་ལས་གནང་།

×
རྩ་བུ་མ་འདི་པར་བཞག་ཉེ་དཀར་ཡོང་དེ་འཕྲོད་རྒྱུ་ས་

×
བྱེད། མ་མཐར་ས་ཉེ་ཐུར་བ།

མ་འདིར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཐོབ་ནས་གིན་ཏུ་དགའ་ཉེ་བཟུང་འདྲུག མ་

×

དེར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཐོབ་ནས་ཤིན་ཏུ་དགའ་ཞེ་ཕྱིན་སང་། འ

མཐར་ས་ཞེ་སྒྲིབ་པ། སྒྲིབ་པ་ན་འདིས་ཁ་ཚ་ཞེ་ཡར་གཞུགས་

བཞག་པ་ཡིན། སྒྲིབ་པ་ན་འདིས་ཁ་ཚ་ཞེ་ཡར་གཞུགས་ནས་

ཕྱིན་སང་། (མཆན་མཐའ་མེད་ལ་ས་ཞེ་སྒྲིབ་པ།

རང་སྒྲིབ་པ་ས་སེའི་དཔེར་བཟོད།

དེས་ན་མ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་ལྷག་བཅས་ཀྱི་གོ་
དོན་བསྐྱེས་པ་དང་། དེའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དཔེར་བཟོད་དང་བཅས་པ་འཁྲིད་ཅར་
སང་།

ན་མ་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་གཞན་དབང་ཅན་འབྱེད་སྒྲིབ་ནས་འཁྲིད་
དགོས་པའི་མཚམས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་རེད། འདི་ལ་གཞུང་ལས།

གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ། །

རམ་ལམ་སམ་ཏམ་འབྱེད་སྒྲིབ་དེ། །

སྒྲིབ་ཚུལ་སྒྲིབ་བསྐྱེད་སྐབས་དང་མཚུངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྐབས་ཀྱི། དག་ཡོད་ཏི་དང་
མཐའ་མེད་འོ། །གཞན་ན་མས་མིང་མཐའ་ཞེས་མཐུན་སྒྲིབ། །ཞེས་པ་དེ་
སྐབས་འདིར་དག་ཡོད་ཏམ་དང་མཐའ་མེད་འམ་ཞེས་བསྒྲིབ་ཏི་དོན་.....
མཚུངས་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐོག་མར་འབྱེད་སྒྲིབ་ཀྱི་གོ་
དོན་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་གསུམ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དེའང་ལེགས་པར་ངེས་ཐུབ་པ་

ཞིག་དགོས་པ་རེད།

འདིའི་(མཆན་༡)ས་པོན་གྱི་སྤྱད་ཆིག་སོན་དང་། འབྲས་བུའི་སྤྱད་ཆིག་

འབྲ་ཞེས་པ་རེད།

(མཆན་༢)སྤ་རུ་པན་ཅའི་སྤྱད་ཡིག་ལ་སྤར་པན་ཞེས་པ་རེད།

དུས་གསུམ་སྤར་སྤངས་ནི། དབྱེ་བ། འབྱེད་བྱེད། བྱེས་སམ། བྱེ་བ་
ཞེས་དང་། བསྐྱ་བ། སྤྱད་བྱེད། བསྐྱས་སམ། བསྐྱས་པ་ཞེས་སྤ་དྲིག་
པའི་དབང་དུ་བཏང་བའི་དུས་གསུམ་སྤར་དགོས་པ་ཡིན་ནི། ।

དེ་ནས་ཁྱིད་དངོས་གཞི་གཏོང་སྐབས་འདི་འདས་བུས་ནས་སྤར་...
དགོས་པ་ཡིན། དབྱེ་གཞི་གང་ཡང་རྩང་བ་ལས་དབྱེ་བ་འབྱེད་པ་དང་།
བསྐྱ་གཞི་གང་ཡང་རྩང་བར་བསྐྱ་བྱ་སྤྱད་པ་ཞེས་གསུང་དགོས་པ་ཡིན།
སྐབས་འདིར་དུས་གསུམ་ནང་གི་མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་གཉིས་ལ་
བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་མ་གཏོགས། འདས་པའི་ནམ་གཞག་བྱེད་མི་དགོས་པ་
ཡིན། འབྱེད་སྤྱད་ཀྱི་དབེར་བརྗོད་ཁ་འཕྲོར་ཀླག་རྒྱ་ལས་སྤ་པོ་ཡོད་
ཀྱང་། ད་ལས་གཞི་གཅིག་རང་ལ་སྤར་ནས་སྤ་སྤྱད་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་
བསྐྱར་པའི་དབེར་བརྗོད་ནི།

དབྱེ་གཞི་མཚན་ཆས་ཀྱི་ནམ་གངས་ཏེ། དབྱེ་བྱ་རྒྱལ་མཚན་དང་

x

དམ།

.

སྤ་བྱེའམ། ཏིང་གྲག་གམ། རྒྱ་སྤྱང་ངམ། བཀྲིས་རྟགས་

x .

x .

x .

བརྒྱད་དམ། རྒྱལ་སྤྱད་སྤ་བདུན་ནམ། རྒྱ་སྤྱབ་ངམ། ལྷས་

x .

x .

x .

བྱམ་མམ། ཆེ་མདའ་འམ། དུང་དཀར་རམ། ར་རྩལ་

x .

x .

x .

x

ལམ། མཚན་རྣམས་སྤེལ་བའི་འབྲེད་པར། ।

ཡང་པར་གཞི་ཡག་ཆས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་པར་བྱུང་། དམག་དར་རམ།

རལ་གྱིའམ། མྱོག་གམ། མདུང་ངམ། གོ་མཁུང་ངམ།

x . x . x . x .
 བ་དན་ནམ། ཁྱལ་བམ། དཔའ་དམ་མམ། མེ་མདའ་

ལམ། མྱོག་དར་རམ། མདེལ་གལ་ལམ། (མདེལ་མང་པོ་འདི་

ག་ག་ལ་ཟེར) ཏྲ་ཆས་སམ་ཞེས་པས་ལྟུང་པར། །

x o

རང་ལྷོང་པ་སྤུངས་པའི་དབུ་བརྒྱུད།

ཨ་པ་ཆན་བཅ་དཔ་པ།

མཚམས་འདིར་སྐུ་མ་ཅུ་པ་ཅ་པའི་གཞུང་དོན་མ་ཡིན་པར་། དབུ་
 ཅུ་དབུངས་ཅན་གྱུ་པ་པའི་དོ་རྗེས། དག་ཡིག་དག་སྐྱོན་མའི་ལཱ་གཉིས་པ་
 གཅིས་བསྐྱས་ཀྱི་ལཱ་ནས་ཁ་སྐྱོང་པ་མཛད་པ། གཞུང་ལས།

ར་རུ་འི་ཡི་འང་ཡང་རྒྱལ་མ།

ཀྱང་པ་མི་སྒྲང་སྒྲང་བའི་བྱད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ནི། གང་གསལ་ལ་དོན་གྱི་ར་དང་ཅ། འབྲེལ་སྒྲིའི་
དང་ཡི། ཟུན་ཟུད་ཀྱི་འང་དང་ཡང་ཞེས་པ་ན་མས་ཆིགས་བཅད་གཙ་པ་
ཟུར་པའི་ཆིགས་ཀྱང་གི་ཀྱང་པ་ཁ་སྐྱོང་བ་དང་། མི་སྐྱོང་བའི་སྐབས་དང་
བསྟན་ཏེ་སྒྱུར་ལུགས་གཅིག་དང་། དེ་མིན་ཆིག་ལུག་ཡིན་ཀྱང་སྒྱུར་ཆིག་
པ་འདི་དག་གི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ཆིགས་བཅད་གཙ་པོར་བྱས་པ། ལ་དོན་གྱི་ར་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་མི་
སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། སྐྱོང་པོ་མདོར་བསྐྱུས་བཤད་

པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

ཀྱང་པ་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་
ཅ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་སྒྲིའི་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་མི་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་
བཏང་བ། རང་གི་ཡ་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

དང་།

ཀྱང་པ་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། གཞན་དང་དངོས་སུ་
འབྲེལ་བ་ཡི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཅིང་།

དེ་མཚུངས་ཟུན་ཟུད་ཀྱི་འང་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་མི་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་
བཏང་བ་ནི། མིང་མཐའི་པ་བའང་ཡལ་ཆེར་འདྲ། །ཞེས་པ་

ལྟ་བུ་དང་།

ཀྱང་པ་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། བྱལ་པ་མིན་ཡང་བྱེད་པོ་

དང་།

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ལ་རིག་པས་བརྟག་ཏུ་སྤྱར་

གེས་པར་བུའོ། །

གོང་གསལ་དཔེར་བཅོམ་གྱི་འབྲེས། སྤྱར་ལུགས་དེ་ཆོག་ས་བཅད་
ཅམ་མ་བད། ཆོག་ལྟ་བུ་ཡིན་ཅུང་སྐབས་དང་བསྟན་ཏེ་སྤྱར་ཆོག་པའི་
དཔེར་བཅོམ་ནི།

ཀྱང་པ་མི་སྐྱང་བའི་ར་ཞེས་པ། དེ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་གང་ཡང་

དབྱེ་རྒྱ་མེད་པ་རེད། ཅས་དང་།

ཀྱང་པ་སྐྱང་བའི་ར་ཞེས་པ། བྱད་ཅག་ས་གནས་འདི་ར་བསྐྱར་བུ་

ཐེབས་མཚམས་ལ་མཇལ་རྒྱ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

ཀྱང་པ་མི་སྐྱང་བའི་རི་ཞེས་པ། ཞབས་པད་མངོན་མཐོའི་བྱང་

བྱ། ཞེས་པ་དང་། བྱད་སྐྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

ཡིན།

ཀྱང་པ་སྐྱང་བའི་ཡི་ཞེས་པ། མགོ་ཡི་སྐྱ་ལས་དབུལ་བའི་སྒྲུང་མ་

མང་། ཞེས་པ་དང་། ལྟ་ས་ཡི་གྲོང་བྱིར་འདི་ཆོས་ལུན་གྱི་

ཞིང་ས་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

ཀྱང་པ་མི་སྐྱང་བའི་འང་ཞེས་པ། བར་སྐབས་དེར་ཡི་གེའང་

འབྱོར་རིགས་མ་བུང་། ཞེས་པ་དང་།

ཀྱང་པ་སྐྱང་བའི་ཡང་ཞེས་པ། སྤར་ཡང་ཁྱེད་གསལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

ཡིན། རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

འདྲིའི་མཆུག་དེར།

འོ་ཁྱེད་ལ་གྱི་གོང་དུ་ཆོག །

མེད་དང་ཡོད་པ་འང་དེ་བཞིན་ཡིན། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། (ཡིན་ཞེས་པ་དེ་དང་དྲག་མེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་
བ་དང་། ཡིན་ཅེས་པ་ནི་དྲག་ཅན་དུ་བྱས་པ་རེད།) གོང་གསལ་
རྣམས་ཆོག་གི་འོ་ཞེས་པ་དང་། ཆོག་ཐུང་གྱི་ཁྱེད་ཞེས་པ། འབྲེད་སྤྱད་གྱི་
འཇ་ཞེས་པ་ནི་མས་ཀྱང་ཆོག་མེད་ཀྱང་པ་མི་སྐྱོང་བ་དང་། ཆོག་ཡོད་ཀྱང་
པ་སྐྱོང་བའི་དབང་དུ་གཏོང་ལུགས་གྱི་གོ་དོན་ནི། གཞུང་ལས། ར་ཅུ་
འི་ཡི་འང་ཡང་ནི་མས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་གཅིག་པ་རེད། འདྲིའི་ནང་
གི་འོ་ཞེས་པ་དང་། འཇ་ཞེས་པ་གཉིས་སྟེན་དུ་རྣམས་ཆོག་དང་། འབྲེད་
སྤྱད་གྱི་སྐབས་སུ་འཁྲིད་ཆར་བས་གེས་བཤེད་པ་ཡོད།

ཁྱེད་ཞེས་པའི་ཐུང་དེ་སྤྱད་གཞི་ལ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་གི་
ཆུང་བའི་ཆོག་ཐུང་ལ་སྤྱད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཏྲ་དང་
རྟེན། རྟོ་དང་རྟེན། མདའ་དང་མདེན། པ་ཏྲ་དང་དཔལ་མེན། བ་དང་
མེན། ར་དང་རེན། བྱ་དང་བྱེན། བ་ཁ་དང་བེན། གསེང་། མཆོ་དང་
མཆེན། རྩོ་དང་མེན་ཁྱང་། ལྷ་རེ་དང་མེན་ཅག་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་
ཡོད། དེ་དག་གི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

དང་པོ། རྣམས་ཆོག་གི་འོ་ཞེས་པ་དེ་ཀྱང་པ་མི་སྐྱོང་བའི་དབང་
དུ་བཏང་བ། ཞལ་ཐང་འདྲི་ལྟ་བུའི་པ་མཁས་པ་ཞིག་གིས་

ཕྱིས་པའོ། ཀླང་པ་སྒྲིང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། དཔེ་ཆ་དེ་

མཁས་པ་གཞན་ཞིག་གིས་བཅུ་མས་པའོ། ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

གཉིས་པ། ཆོག་ཐུང་གི་ཏུ་ཞེས་པ་ཀླང་པ་མི་སྒྲིང་བའི་དབང་དུ་
བཏང་བ། ཏྲ་སྒྲིང་མ་འོལ་བ་དེ་ལ་རྟེན་ཟེག་མ་གཅིག་འཁྲིད་

འདུག ཅེས་པ་དང་། ཀླང་པ་སྒྲིང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ།
མེ་མདའ་དེ་ལ་མདེའུ་ག་ཚད་ཡོད་པ་རེད། ཅེས་པ་དང་།

པ་ཏ་དེའི་བཙོ་དབྱིབས་ལ་བརྟེན་ནས་གསེར་གྱི་དཔལ་བེའུ་...

ཁ་ཤས་བརྟུང་དགོས་ཡོད། ཅེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོག་
བར་ཡོད་མེད་རིག་པས་དབྱུང་དེ་སྒྱུར་བ། རྩ་ཆེན་པོ་དེ་
ཆོ་ལས་དེའུ་ཆུང་ཆུང་དེ་ཆོ་ལྟ་མ་གྲག་ལ་གཟན་པོ་ཡོང་། བ་

ལ་བེའུ་སྒྱེས་ན་འདྲེད་ས་སྒྲང་མ་གཏོགས་མེད། ར་ལ་རེའུ་

སྒྱེས་དུས་ལྷག་མ་མ་ཚར་ལུ་གྱུ་འཁྲིད་ཡོང་། མཚ་ཆེན་པོ་
དེ་ལས་མཚའུ་ཆུང་ཆུང་དེ་སྒྲོ་ལ་འགྱུ་བ་འདུག བ་བ་ཆེན་པོ་

དེ་ཆོ་ལས་ཤེའུ་གསིང་དེ་ངལ་གསེ་རྒྱག་ས་སྒྱུད་པོ་ཡོང་། སྒྲ་

དང་སྒྲེའུ་ཁྲང་དེ་ཆོ་ཁང་པའི་དབྱིབས་དབྱུང་ལ་བསམ་སྒྲོ་...

གཏང་ནས་འདྲོན་དགོས་པ་རེད། ཅེས་སྐགས་གྲོ་བ་ལེན་
སྒྲངས་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་།

གསུམ་པ། འབྱེད་སྤྱད་ཀྱི་འཕ་ཞེས་པ་ཀླང་པ་མི་སྐྱང་བའི་དབང་

དུ་བཏང་བ། ཁང་པའི་ཀ་བའམ་གདུང་མ་དེ་ཆ་ཀ་ཐོག་ཀ་

བཞག་འཁེལ་བ་དེ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། ཀླང་པ་
སྐྱང་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ། སི་ཨ་འམ། སི་ཨ་འི་བཅད་

དེ་ཆ་མ་འབྲེས་པ་དང་། མ་ཀྱོག་པ་ཞིག་དགོས་པ་རེད།

དེས་དག་ཡིག་ངག་སྒྲིན་མའི་གཅེས་བསྟུས་ཀྱི་ལུ་ནས་ཁ་བསྐངས་
པ་ཆོག་མེད་ཀླང་པ་མི་སྐྱང་བ་དང་། ཆོག་ཡིད་ཀླང་བ་སྐྱང་བའི་སྐྱར་
ནམས་འབྲིད་ཆར་བ་ཡིན།

སྐབ་ཆན་ཉི་ཤུ་པ།

ནམ་དབྱེ་ལ་པ་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་
དང་། དེ་མིན་བྱེ་བ་དང་ལྷུང་བའི་དོན་ཅན་སྐགས་འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ་
ནམས་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་པ་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་།
ནམ་དབྱེ་མ་ཡིན་ཅུང་། ནས་དང་ལས་ཀྱི་ཐུད་དེ་འགོ་ས་ཐུན་མོང་བ་
ཡིན་པ་དགར་བ་དང་། སྤྱད་པ་གཉིས་ནས་ཀྱང་འབྲིད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ།
གཞུང་ལས།

ནས་ལས་འབྱུང་ཁུངས་དགར་སྤྱད་དེ།

འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ་གང་སྤྱད་འབྲས།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དགར་རྒྱུད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི་དགར་གཞི་གང་
 ཡང་རུང་བ་ལས་དགར་ཚས་སམ། དགར་བྱ་ཡོགས་སུ་དགར་བ་དང་།
 བརྒྱ་གཞི་གང་ཡང་རུང་བར་བརྒྱ་བྱ་ནམས་མཚམས་འཇིན་པའི་སྒྲོ་ནས་...
 རྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ལུས་ཅུ་པའི་བརྟན་དོན་རྒྱུད་སྒྲོ་དེ་ལ་མི་འདྲ་
 པའི་བྱུང་པར་འདི་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ་བྱུན་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲོ་དེ་ནི་བརྒྱ་
 གཞི་གང་ཡང་རུང་བར་བརྒྱ་བྱ་བྱགས་ཀྱིས་རྒྱུད་པ་དང་། དེའི་སྒྲུབ་ནི་
 ཀྱང་འང་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་རེད། ཡང་འབྱེད་རྒྱུད་དམ། གཤམ་གསལ་
 རྒྱུད་འབྱེད་ཅེས་པ་གཉིས་ནི་རྒྱུད་འབྱེད་ཅེས་པ་དང་། འབྱེད་རྒྱུད་ཅེས་པ་
 གཉིས་མིང་ཆེག་སྒྲ་བྱིའི་འབྲེལ་གོ་སྒྲིག་པ་ཅམ་ལས། བརྒྱ་གཞི་གང་ཡང་
 རུང་བར་བརྒྱ་བྱ་དངོས་སུ་རྒྱུད་པ་ཞིག་དགོས་པའི་དོན་དག་འདྲ་ཡང་།
 ཆེག་སྒྲུབ་ནི་འབྱེད་རྒྱུད་ལ་གམ་ངམ་དམ་ནམ་ཞེས་པ་སྐགས་དང་། རྒྱུད་
 འབྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་ནི་དང་སྒྲོ་གི་རྟག་ཡིན། སྐབས་འདིའི་རྒྱུད་སྒྲོ་ནི་མཚམས་
 འཇིན་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱུད་པ་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་འང་ནང་གསེས་དུས་ཀྱི་
 མཚམས་འཇིན་པ་དང་། གནས་ཀྱི་མཚམས་འཇིན་པ། བྱངས་ཀྱི་
 མཚམས་འཇིན་པ་བཅས་ཡོད་པའི་ཁར། དེ་དག་གི་སྒྲུབ་ཀྱང་ནས་དང་
 ལས་ཞེས་པ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། ད་དུང་སྐབས་འདིའི་རྒྱུད་སྒྲོའི་སྒྲུབ་
 རྟེན་ལ། གཞུང་ལས།

རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས།།

རྒྱུད་ལ་ནས་སྒྲོ་ཁོ་ན་འཇུག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དགར་གཞི་དང་དགར་ཚས་གཉིས་རིགས་མཐུན་

པར་དགར་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་ཕྱད་ལ་ནས་སྐྱུར་དགོས་པ་དང་། དེ་
དག་རིགས་མི་མཐུན་པར་དགར་བ་ལ་ནི་ལས་ཀྱི་ཕྱད་སྐྱུར་དགོས་ཤིང་།
སྐབས་འདིའི་ཕྱད་སྐྱུར་ནི་མཚམས་འཇིན་པའི་སྐྱོན་ནས་སྐྱུར་པ་ཞིག་ཡིན།
སྐབས་འདིའི་ཕྱད་ཕྱད་ལ་ནས་སྐྱོའི་ན་སྐྱུར་ན་ལགས་པ་སི་དུའི་བཞེད་པ་
དེ་རང་འབྲེལ་ཆགས་པ་བཅས་ལ་གོ་བ་ཆགས་མཚམས་དཔེར་བརྗོད་རིམ་
པ་བཞིན་དུ་འགོད་པར།

ནམ་དབྱེ་ལ་པ་འབྱུང་ཁྲུངས་དངོས་ཀྱི་ཕྱད་ལ་ནས་སྐྱུར་བ། འ་
མ་ནས་མར་དང་། ས་པོན་ནས་སྟན་ཐོག་འབྱུང་བ་དེ་འཇིག་
རྟེན་ཡོངས་གྲགས་རེད། ཅེས་དང་།

འབྱུང་ཁྲུངས་དངོས་ཀྱི་ཕྱད་ལ་ལས་སྐྱུར་བ། བ་མ་ལས་བྱ་སྤྱག་
དང་། ཆར་སྒྲིན་ལས་ཆར་པ་ངས་པར་དུ་འབྱུང་གི་རེད།

འབྱུང་ཁྲུངས་ཆ་འདྲ་བར་ནས་ཀྱི་ཕྱད་སྐྱུར་བ། རྩིས་གར་བ་ཆ་
འཁྲབ་གྱུར་ནང་ནས་སྟན་ཡོང་གི་རེད། ཅེས་དང་། འཆམས་
པ་བ་ཆ་སྐྱོ་འབྱུར་གྱི་ཀ་སྐྱུངས་སྟེང་ནས་འབྱུངས་སྐབས་བྱས་
རྟེན་གཅུལ་མཐིལ་དུ་ཡོང་གི་འདུག ཅེས་དང་།

ཡང་འབྱུང་ཁྲུངས་ཆ་འདྲ་བར་ལས་ཀྱི་ཕྱད་སྐྱུར་བ། ད་གིན་ངའི་
སྤྱགས་པོ་དེ་གཏུག་པར་ཕྱིན་དུས་ཁོང་གི་ཕྱུང་ཁྲུང་ལས་མར་ལྷུང་
འདུག ཅེས་དང་། དེ་རིང་ལྷ་ཐོག་ཆར་པ་བབས་ཤིང་།
ད་ལྟ་སྒྲིན་དཔར་བྱེ་བ་ལས་ཉི་མ་རྩོལ་གྱི་བརྟན་བཞག

དེ་ནས་དགར་ལྷན་གྱི་དཔེར་བཅོམ་ལས་དགར་གཞི་དང་དགར་.....

ཆོས་རིགས་མཐུན་པར་དགར་བ་ལ་ནས་གྱི་ལྷན་ལྷན་བ། རིང་

ལྷགས་གསར་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་ནང་ནས་གྲང་ཁུན་རིང་ལྷགས་

རྟེ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་འདུག ཅེས་དང་།

དགར་གཞི་དང་དགར་ཆོས་རིགས་མི་མཐུན་པར་དགར་བ་ལ་ལས་

གྱི་ལྷན་ལྷན་བ། དགུན་ཁ་ལས་དབྱར་ཁ་ཉི་མ་རིང་གི་རེད།

ལྷན་སྐྱེ་ལས་ཏུས་གྱི་མཆམས་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷན་པ། འཛིན་

གྲ་ཆུགས་ནས་མ་གྲོལ་བར། ཞེས་དང་།

གྲངས་གྱི་མཆམས་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷན་པ། གཅིག་ནས་བཅུ་

བར།

གནས་གྱི་མཆམས་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷན་པ། རང་རང་སྤྱོད་

གནས་ནས་མི་ཏུ་སྤྱོད་ཁའི་བར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནམས་ཡིན་པ་

རེད། རང་སྤྱོད་པ་ས་སའི་དཔེར་བཅོམ་

སྤྱོད་ཆུང་ཉེར་གཅིག་པ།

ང་ནས་དབྱེ་དང་པོའི་བྱེ་བྲག་པོད་སྤྱོད་མཆམས་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་

བས། འདིའི་དུས་གསུམ་སྒྱུར་སྤངས་ནི། རྒྱ་རྒྱ་པའི་རྟགས་ཅན་ཡིན་ཏེ།
འཛོད་བྱ། བོད་བྱེད། བོས་སམ། བོས་པ། ཞེས་ཟེར་དགོས། དེའང་
གཞུང་ལས།

ཀྱེ་དང་ཀྱ་ཡེ་བོད་སྒྱུར་སྤྱོད།

ཕལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་སྒྱུར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྱ་ལ་ཅ་བའི་དངོས་བསྟན་
ཀྱེ་ཞེས་པ་དང་། དེའི་ཐོག་ལ་སྤྱིང་བའི་དགོངས་དོན་ཀྱ་ཡེ་ཞེས་པ་ཅ་
མ་ཟད། ཅིས་ཟུར་བྱ་མཆོད་སྤུམ་ཅུ་པའི་སྤྱིང་པོ་ཆོགས་བཅད་མའི་ནང་
གསལ། ཟུས་པ་ལ། ལ་ཡེ་ཞེས་པ་དང་། བྱད་མེད་ལ་མ་ཡེ་ཞེས་པའི་
བོད་སྒྱུར་སྤངས་གཉིས་བཅས་ཡོད་པ་དེ་དག་ཕལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་
སྒྱུར་དགོས་ལས། མིང་ཆོག་གི་བར་མཐའ་གཉིས་སྤྱང་སྒྱུར་བྱང་བ་
བཅས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ཀྱེ་མ་བྱམས་བཅེ་ལྟན་པའི་ཡབ་ཡུམ་གསེན།

ཞེས་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་བོད་སྒྱུར་བ་དང་།

ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱེ་ཡུད་ཅམ་བདག་ལ་གསེན།

ཞེས་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་བར་དུ་བོད་སྒྱུར་བ།

བྱམས་ལྟན་ཡབ་ཡུམ་རྣམ་གཉིས་གསེན་དང་ཀྱེ།

ཞེས་ཆོགས་བཅད་མཐའ་མར་བོད་སྒྱུར་བ་བཅས་དང་།

བོད་སྒྱུར་དེ་ཆོག་ལྷག་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དང་སྒྱུར་ན།

ཀྱེ། སྒྱུབས་མཐོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལྟོ་བརྟན།

སྐྱུབས་མགོན་མཆོག་གི་གདམ་ཅན་སྒྲུ་ཅིག་སྤྲོ་ལ་བརྟུན།

སྐྱུབས་མགོན་ཆེན་པོ་སྤྲོ་ལ་བརྟུན་ལྟར་སྒྲུ་ཅིག་གི།

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བཅས་ཡིན་ཅིང་།

དེ་བཞིན་དུ། ཀྱ་ཡེ་ཞེས་པ་འདྲ་།

ཀྱ་ཡེ་ལན་ཅིག་གསན་དང་སྤྱོད་མ་རྣམས།

ཁ་ཅམ་མིན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཆིག་གསུམ་ཞུ།

ག་ནས་བསམས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་སྤྱོད་འདི།

ང་རང་ཆང་མར་འཕུལ་དང་ཕྱགས་སུ་ཕན།

དེ་ལྟར་ཀྱ་ཡེ་ཞེས་པའི་པོད་སྐྱ་དེ་ཆིགས་བཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་སྐྱར་བ་དང་།

ཡ་གི་ནམ་མཁའི་མཐོངས་ཀྱི་གནམ་གྱུརི་ནང་།

འཕུལ་འཁོར་ཐབས་ཤེས་མཁས་པའི་ཕྱགས་པོ་ཀྱ་ཡེ།

དཔའ་ཅལ་སྤྱོད་སྤྱོད་མཁུངས་བུལ་བ་ཡི།

གདུགས་མཆོངས་རྣམ་འགྱུར་དེ་ལ་ངོ་མཆར་སྐྱེས།

ཀྱ་ཡེ་ཞེས་པའི་པོད་སྐྱ་དེ་ཆིག་བཅད་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱར་བ་དང་།

ག་ཡི་གཙུག་ཕྱད་ལོག་ཞོལ་བྱ་རུའི་མིག་

མཉེན་རིང་ལྷམ་ཞིང་གྲག་པའི་མཆུག་སྤྲོས་མཛེས།

དུས་ཚད་བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྱེད་མཁས་པ། (པའི་སྐད་)

ཐོས་འཛིན་དབུས་སུ་སྒྲན་ནོ་དེ་པོ་ཀྱ་ཡེ།

ཞེས་པའི་ཆིགས་བཅད་འདི་བཟས་ལྟར་དྲུང་ཟུར་ལྟར་རྒྱུ་ལ་ཆིག་

བཅས་མཆན་བཀོད་ལྟར་བཏང་བའོ། །དེ་ལྟར་ཀྱ་ཡེ་ཞེས་པའི་པོད་སྐྱ་དེ་

ཆིགས་བཅད་མཐའ་མར་སྐྱར་བ་བཅས་དང་།

པོད་སྐྱ་དེ་ཆིག་ལྟུག་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དང་སྐྱར་ན།

ཀྱ་ཡེ་གྲོགས་པོ་ལགས་འདི་རུ་ཐེབས་དང་། གྲོགས་པོ་ཀྱ་
ཡེ་བཞུགས་གནད་འཇགས་རྒྱུ་གནད་། སྐྱ་ལྷོད་ལྷོད་གནད་
དང་གྲོགས་པོ་ཀྱ་ཡེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དང་།

ཡང་། ལཱ་ཡེ་ཞེས་པའི་པོད་སྐྱ་དེ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་

བར་གསུམ་དང་སྐྱར་ན།

ལཱ་ཡེ་བཏང་འགྲོ་བཞག་སྤྲོད་འཕེལ་བའི་གྲོ་ཆད་བྱེད། །

བྱེད་སྤྲོ་གང་ཅིར་ལཱ་ཡེ་ཉུང་བཅོན་བྱེད། །

བྱས་རྗེས་བཟང་པོ་ངས་པར་འཇག་དགོས་ལཱ་ཡེ། ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

དང་།

པོད་སྐྱ་དེ་ཆོག་ལྷུག་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་སྐྱར་ན།

ལཱ་ཡེ་ཉི་མ་དངོས་གྲུབ།

ཉན་དང་ལཱ་ཡེ་མགྲོགས་ཅམ་ཡང་རྒྱགས་བྱེད།

པར་ཅམ་དེ་རུ་གཏོང་དགོས་བྱུང་སང་ལཱ་ཡེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

དང་། མ་ཡེ་ཞེས་པའི་པོད་སྐྱ་དེ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་

བར་གསུམ་དང་སྐྱར་ན།

མ་ཡེ་མཇངས་མའི་ཡན་ཏན་ལྡན་པའི་གྲོགས་མི་ནམས། །

སྐྱབ་སྐྱང་མཇོད་ཅིག་མ་ཡེ་རང་ལ་ཡན། །

མ་མ་འདྲ་མཉམ་ཁྱེད་བང་ཡོད་དོ་མ་ཡེ། ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

པོད་སྐྱ་དེ་ཆོག་ལྷུག་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དང་སྐྱར་ན།

མ་ཡེ་སྐྱེད་འཇོམས་ད་གིན་ག་པར་བྱིན་པ་རེད།

ལས་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱི་མ་ཡེ་སྐྱེད་འཇོམས་མ།

གཟུགས་པོར་ཅ་ག་བྱེད་དགོས་ཟེར་འདུག་སྐྱེད་འཇོམས་མ་ཡེ།

ཞེས་པ་ལྟ་བུར། །

རང་སྤྱོད་པ་ས་སའི་དཔེར་བཅོང་།

སྤྱོད་ཆོད་ཉེར་གཉིས་པ།

དེས་ཆེས་འཇུག་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱད་གཞན་དབང་ཅན་དང་། ལ་སྐྱོང་
དཔེར་བཅོང་བཅས་པ་འཁྲིད་ཆར་བ་ཡིན། སྤྱིར་བཏང་ཆེས་འཇུག་ལ་མ་
བསྤྱོད་པའི་སྤྱད་རང་དབང་ཅན་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ཅ་བའི་དངོས་བསྟན་
དུག་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་ནི་སྤྱོད་ནས་འཁྲིད་པར་བྱེད་པ་ལ། གཞུང་
ལས།

ནི་ནི་དགར་དང་བརྟན་པའི་སྤྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིར་བཏང་ནི་སྤྱ་ཆང་མ་ངེས་གཟུང་གི་སྤྱད་ཡིན་
ཅིང་། སྤྱིང་པའི་གཞུང་དོན་ལྟར་གྱི་ནི་སྤྱ་འཇུག་པའི་གསལ་ལ། དགར་
གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་དགར་ཆས་འགས་སུ་དགར་བ་དུས་གསུམ་ཅན་
ཞིག་ཡོད་དེ། དགར་བྱ། གར་བྱེད། བཀར་ད་ཏམ། བཀར་བ། ཞེས་
དུས་གསུམ་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ནས་སྤྱིར་བཏང་མིང་ཆིག་སྐབས་ད་ལྟ་བ་...
དང་འབྲེལ་དགོས་ཀྱང་། བཅོང་མི་བདེ་པའི་རྒྱན་གྱིས་མ་འངས་པ་དེ་
ཆར་འགོལ་པའི་སྤྱལ་རྒྱན་ལྟར་དང་། ཡང་སི་དུའི་བཞེད་དོན་ནན་ཏན་

གྱིས་བཟླ་བ་ལྟེ་སྤྱ་ཡངས་པའི་དབང་དུ་བཏང་བའི་དུས་གསུམ་ཅན་ཞིག་
དང་། རྩེ་ལུ་པའི་བཞེད་དྲན་འཁོར་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་ལྟེ་སྤྱ་དྲིག་པའི་
དབང་དུ་བཏང་བའི་དུས་གསུམ་ཅན་ཞིག་བཅས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

ཐོད་སྤྱངས་ཀྱི་ནང་ནས་གྲོང་བྱེད་ས་འདི་ནི་སྤྱད་ཤོས་ཡིན།
ཞེས་པའི་ནི་སྤྱ་འདི་དགར་གཞི་ཐོད་སྤྱངས་ཀྱི་ནང་ནས་དགར་ཚས་གྲོང་་་
བྱེད་ས་ལོགས་སུ་དགར་ཉེ་སྤྱད་ཤོས་ཡིན་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་དང་།
ཡང་སི་དུའི་ལུགས་ཀྱི་ནན་ཏན་གྱིས་བཟླ་བར་འཇུག་པ།

རང་ཅག་གི་འཛིན་གྲུ་འདི་ནི་བསྐབ་སའི་ས་ཆ་ནི་ཁམས་དངས།
སྐབ་མཁན་དང་སྐབ་སྐྱགས་ནི་ཡོད། དེ་དག་ཚང་མ་བརྩོན་འགྲུས་
ནི་ཆེ། ཡན་ཏན་གྱི་ཆ་ཆད་ནི་ལོན། ད་སྐབ་སྤྱད་བྱེད་པའི་དུས་
ལ་བབས་པ་རེད།

ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལུ་ལུ་པའི་ལུགས་ཀྱི་འཁོར་བསྐྱེད་པ་ལྟེ་ཁ་སྐྱེན་ལྷག་
པ་ལྟ་བུ་བཅས་ལ་འཇུག་པ།

ཁང་པ་འདི་བཞོད་པ་ནི་ལོགས། སྤྱ་དང་སྤུ་ཁྱེད་ནི་མང་།
ཤེལ་ཁ་ནི་འདུག ཐངས་ནི་དགར་བ་མ་ཟད། སྤྱད་བག་ནི་ལེབས་
པ་ཞིག་འདུག ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
རང་སྤྱད་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

ནི་སྤྱ་འཇུག་ཡུལ་ལས་ངེས་གཟུངས་དང་། དགར་བ་གཉིས་ལ་ནི་
སྤྱ་རེ་རེས་ཀྱང་མཚན་བྱུང་ཅིང་། འཁོར་བསྐྱེད་པ་དང་། ནན་ཏན་གྱིས་
བཟླ་བ་ལ། ནི་སྤྱ་ལན་ཁ་ཤིས་བསྐྱར་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། ནན་ཏན་
གྱིས་བཟླ་བ་ལ་དུས་གསུམ་སྤྱད་སྤྱངས་ནི། བཟླ་བ། བཟླ་བྱེད།

བནྟ་ཏམ། བནྟ་པ་ཞེས་དང་། འཕྱར་བཞུག་པ་ལྟ་བུ་ལ་དུས་གསུམ་
 སྤྱིར་གྱི་ཡིན་ན་འདི་འདྲ་རེད། བཞུག་བྱ། སྤྱིན་བྱེད། བཞུག་ཏམ།
 བཞུག་པ་ཞེས་སྤྱིར་དགོས་པ་ཡིན། དེས་རྗེས་འཇུག་ལ་མ་བཞུག་པའི་ཕྱད་
 རང་དབང་ཅན་ལ་མང་ཐག་པ་ཞིག་ཡོད་ཅུང་། སྤྱི་དཔོན་སྟོན་མིས་སྤྱི་
 རྩ་པའི་རྩ་བ་མཛད་སྐབས་དགོས་གལ་ཆེ་ཞིང་། ཉི་ཤར་མཁོ་བ་དུག་
 ཟུར་དུ་དགས་ནས་འགོད་གནང་མཛད་པའི་དང་པོ་ནི་སྤྱི་སྐྱོར་དེ་འཁྲིད་
 ཆར་བ་ཡིན།

སྤྱི་ཆུང་ཉེར་གསུམ་པ།

གཉིས་པ་དང་སྤྱི་ཕྱད་ནས་འཁྲིད་རན་པ་རེད། དེ་འང་གཞུང་ལས།

དང་ནི་སྤྱད་འབྱེད་རྒྱ་མཚན་དང་། །

ཆེ་སྐབས་གདམས་ངག་ལྟ་ལ་འཇུག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དང་ཞེས་པའི་ཕྱད་འདི་འཇུག་ས་ལྟ་ཡོད་དེ།

བསྐྱེད་བྱ་གང་ཡང་ཅུང་བ་བསྐྱེད་གཞིར་དངོས་སུ་སྤྱད་པ་དང་གཅིག དབྱེ་

གཞི་གང་ཡང་ཅུང་བ་ལས་དབྱེ་བྱ་དངོས་སུ་འབྱེད་པ་དང་གཉིས། རྒྱ་

གང་ཡང་ཅུང་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་མཚན་མཉམ་རྟགས་གསལ་པོར་

བཞུག་པ་དང་གསུམ། དུས་གང་ཡང་ཅུང་བ་ཞིག་བཞུག་པའི་ཆེ་སྐབས་

དང་བཞི། འདིའི་ལྟ་པ། གདམས་ངག་བཙོན་པ་ཞེས་པ་འདི་ལ་ནང་

གཤམ་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། གསུམ་པོ་དེ་གང་ཡིན་
ཟེར་ན། གདམས་ངག་ཅམ་དང་། གདམས་ངག་བསྐྱབ་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་
དང་། བསྐྱལ་ཆོག་རྒྱང་པ་ཞིག་བཅས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་དཔེར་
བརྗོད་འགོད་པར།

དང་པོ་སྟུང་སྟུང་ནི། བསྟུ་བྱ་ལུས་ཀྱི་མགོ་པོ་དང་། ལག་པ་
གཡས་དང་། ལག་པ་གཡོན་དང་། རྒྱང་པ་གཡས་དང་།
རྒྱང་པ་གཡོན་དང་བཅས་སྟེ་བསྟུ་གཞི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལ་སྟུང་
པའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

གཉིས་པ་འབྱེད་སྟུང་ནི། དབྱེ་གཞི་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་སྟེ་དབྱེ་བྱ་མིག་གི་
དབང་པོ་(ཟར་མའི་མེ་རྟོག་ལྟ་བུ)དང་། རྩ་བའི་དབང་པོ་(གྲོའི་
སྟེ་མ་ཁ་གཏུས་པ་ལྟ་བུ)དང་། སྟེ་འི་དབང་པོ་(ཟངས་ཁབ་གཉིས་
གཤིབས་པ་ལྟ་བུ)དང་། སྟེ་འི་དབང་པོ་(ཆ་བ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ)དང་།
ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་(རྟིལ་ལ་རྟིལ་མར་ལྟ་བུ)དང་། ལྷར་འབྱེད་པའོ། །
ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ་པ་རྒྱ་མཚན་བརྗོད་པ་ནི། ས་ཆ་རྣོས་པ་དང་དབྱིད་ཀ་ཤར་བ་
གཤམ་ཀྱི་རེད་ཅེས་དང་། ཁ་བ་བབས་པ་དང་དགུན་ཁ་ཡིན་པ་ཏ་
གོ་ཡོང་། ཞེས་པ།

བཞི་པ་ཆོ་སྐབས་ནི། ཞོགས་པ་ཡར་ལངས་པ་དང་རྩལ་རྒྱུང་རྩལ་གསུམ་ཀྱི་
འདུག འཛམ་མ་བདྲ་བརྟང་བ་དང་ཆོགས་འདུ་ཆོགས་ཡོང་། ཞེས་
པ་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་གདམས་ངག་བརྗོད་པའི་ནང་གཤམ་གསུམ་ཀྱི་གདམས་ངག་ཅམ་ནི།

སྒྲིབ་གྲུ་ཐེབས་དང་། བཙུན་འགྲུས་གྱིས་དང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་
 ཡིན། གཉིས་པ་གདམས་ངག་བསྐབ་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། སྒྲིབ་
 གྲུ་ཐེབས་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རྒྱུ་ཐེབས་གནང་དང་། བཙུན་འགྲུས་
 བྱས་ནས་ཡར་སྐྱོད་ཐོན་པ་བྱེད་དང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རེད། གསུམ་
 པ་བསྐྱལ་ཆོག་གྱང་བ་ནི། ལུས་ཤིགས་དང་། ཡར་ཁྱོགས་དང་།
 ལྟ་བུ་ཡིན།

རང་སྒྲིབ་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

དེས་དང་སྒྲིབ་ཐེབས་ཀྱི་གོ་དོན་དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་པ་འབྲིད་་་་
 ཆར་བ་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆེན་ཉེར་བཞི་པ།

ད་ཐེབས་རང་དབང་ཅན་གསུམ་པ་དེ་སྒྲིབ་ནས་བྱིད་ཀྱི་ཡིན། འདི་ལ་
 བྱིད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱིས་བསྐྱུས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་པ་དེ་ལ་གསུམ་གཞི་
 གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དེ་སྒྲིབ་ཐེབས་དགུ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཙ་་་
 བའི་དགོངས་དོན་ཡིན་ཅིང་། བསྐྱུས་པ་དེ་ནི། དེ་སྒྲིབ་ཐེབས་དགུ་པ་དེ་
 དག་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅན་ཞེས་པ་གཉིས་
 ལ་བསྐྱུས་ནས་བྱིད་སྒྲིབ་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྐུམ་ཅུ་པའི་སྒྲིབ་པའི་བསྐྱུས་དོན་་་་

ཡིན་པ་རེད། དེ་ལྟར་གཞུང་ལས།

མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྒྲ་ནི།

ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་།

རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲིང་པོའི་སྐབས་སུ་ཐ་སྙད་དབང་གི་གསུམ་པོ་དེ་
ནས་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་ཞེས་པ་ཞིག་དམིགས་བསལ་གྱིས་བཤད་ནས་
རྣམ་གངས་གཞན་སྒྲིང་མན་ཆད་ཀྱི་སྒྲ་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམ་གངས་གཞན་...
ཅན་ཞེས་པའི་ཁོངས་སུ་བརྒྱས་ནས་ས་བཅད་གཉིས་ལ་སྙད་པ་གནང་འདུག
ད་རེས་ཁྱིད་རྣམ་པ་ཚར་ཙུ་བའི་དགོངས་དོན་ལྟར་རྒྱས་པའི་ལྷགས་དེ་...
མདོར་ཅམ་ཞིག་འབྲིད་ན་བརྒྱས་པ་དེ་རང་ལྷགས་གྱིས་མཁྱེན་ཐུབ་ཡོང་།
རྒྱས་པ་དེ་ཁྱིད་པར་བྱེད་པ་ལ། དེ་སྒྲིང་སྒྲ་དབྱའི་གངས་འབྲེན་དང་།
མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་མི་འདྲ་བ། དེ་དག་གི་གོ་དོན་དཔེར་བརྗོད་དང་
བཅས་ཏེ་ཁ་གསལ་གོ་བདེར་འབྲིད་དགོས་ཀྱི་འདུག་པས། དེ་སྒྲིང་སྒྲ་
དབྱའི་གངས་འབྲེན་ནི། ཐ་སྙད་དབང་དུ་གསུམ་དང་། དཔོན་པོའི་
དབང་དུ་བཞི། ཏུས་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས་ཞེས་འབྲེན་སྒྲུལ་ཡོད། (ཐ་སྙད་
ཅས་པ་ཟེར་སྒྲུལ་ཞེས་པར་གོ་བ་གངས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་།)

ཐ་སྙད་དབང་དུ་གསུམ་ཞེས་པ་ནི། སྒྲིང་བཏང་ལ་འདས་པའི་ཐ་
སྙད་དང་། རྣམ་གངས་གཞན་སྒྲིང་གི་ཐ་སྙད། ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཐ་སྙད་
ཅས་པ་དང་གསུམ།

དཔོན་པོའི་དབང་དུ་བཞི་ཞེས་པ་འདི་ལ་མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་...

འདྲ་མིན་གཉིས་ཡོད་པས། སི་དུ་འི་ལུགས་ལ། བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་
དང་། བ་རོལ་པོའི་དངོས་པོ། གསང་བའི་དངོས་པོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་
དངོས་པོ་ལྟེ་བཞིན་འདྲིན་པ་དང་། ལྷ་ལུ་ཁོ་ཆེན་གྱི་ལུགས་ལ་ནི།
བདག་གི་དངོས་པོ་དང་། གཞན་གྱི་དངོས་པོ། གསང་བའི་དངོས་པོ།
བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལྟེ་བཞིན་འདྲིན་པ་གནང་འདུག

དུས་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས་ཞེས་པ་ནི་འདས་པའི་དུས་དང་། མ་
འོངས་པའི་དུས་ཏེ་གཉིས་སུ་འདྲིན་པ་བཅས་ཀྱི་སྐར་ལ་རྩེ་ལྷ་ལུ་བའི་ནམ་
འགེལ་ཆེ་མོད། གསུམ་བཞི་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དེ་སྒྲིའི་ཕྱད་
དགུ་ཞེས་པ་འདྲི་ནང་ལ་འདས་པ་གཉིས་ཐོན་གྱི་འདུག་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་
ཁྱད་པར་འབྱེད་སྤངས་གང་འདྲ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན། ཕྱད་གཞན་པ་
ཞིག་འཛིག་དགོས་པ་རྩེ་ཡིན་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་
ལ་རྒྱལ་བ་སྐུ་ཕྱེད་བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་ཡི་གའི་མདྲའི་ནང་། བ་སྟེད་
དབང་དུ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་དེ་ལ་ངེས་གཟུང་གི་བ་སྟེད་ཅེས་པའི་ཕྱད་.....
གཞན་ཞིག་འཛིག་གནང་མཛད་པ། དཔེར་ན།

ཀྱང་གོའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཞེས་པ་དང་། བོད་གངས་ཅན་དེ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུ་ཡིན་འདུག་ཅིང་། ཡང་། དབུལ་རྒྱའི་སྒྲ་ཐོག་བར་པ་དབྱངས་ཅན་
བྱལ་བའི་རྩ་རྩེས་ནི། འདས་པ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཁྱད་པར་བྱས་ནས་བ་
སྟེད་དབང་དུ་འདས་པ་དེ་ལ་བ་སྟེད་འདས་མ་ཐག་པ་ཞེས་པ། དཔེར་ན།
ད་ལྟ་དཔེ་ཆ་ཞིག་བཟུངས་སང་། དེ་སུམ་རྟགས་ཀྱི་རྩ་བ་རེད།
དེ་ཞོལ་པར་རེད། དེ་དཔེ་རིང་ཞིག་འདུག

ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་འདུག

བ་སྟེད་འདས་མ་ཐག་པ་དེ་མ་ཡིན་པའི་འདས་པའི་རིགས་མཐའ་...

དག་ཏུས་ཀྱི་དབང་ཏུ་འདས་པའི་ཁོངས་སུ་འཇོག་གནང་མཛད་པ་བཅས་་་་
 གི་མཁས་པ་རྣམ་གསུམ་དེ་ལ་མཁས་པ་མཁས་པའི་ནང་ནས་མཛེས་པའི་་་་
 རྩད་ཆས་ངོ་མཆར་ཅན་ཞིག་འདུག ད་ཏུང་དངོས་པོའི་དབང་ཏུ་བཞི་
 ཞེས་པའི་གངས་འབྲེན་ལ་མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་མི་འདྲ་བ་གང་འདྲ་ཡོད་
 ཟེར་ན། འདི་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། མི་ཏུས་ནི་སྤྱི་མོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
 བས་གསུངས་པ་རེད། དེ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་ལས། བདག་ཉིད་ད་ལྟ་ཉིད་ལ་
 སྤངས། །ཞེས་དངོས་པོའི་དབང་ཏུ་བདག་གི་དངོས་པོ་ཞེས་སྤྱར་མི་ཏུང་
 བ། དཔེར་ན། བདག་གི་ལུས་འདི་ཞེས་ཟེར་དགོས་པ་ལས། བདག་གི་
 ལུས་དེ་ཞེས་བརྗོད་མི་བདེ་བ་དང་། ཏུས་ཀྱི་དབང་ཏུ་ད་ལྟ་བ་དེ་སྤངས་
 དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱས་ནས་བདག་དང་། བདག་གི་བ་གཉིས་ལ་
 དབྱེ་བ་བྱས་དྲེ་པ་རྩལ་པོའི་དངོས་པོ་ཞེས་པ་དང་སྤྱར་ནས་གསུངས་པ་་་་
 རེད། རྗེ་ལྟ་ལྟ་བའི་བདག་དང་། བདག་གི་བ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་ཆེར་
 མ་གནང་བར་སྤྱིར་བཏང་གི་བདག་དང་། གཞན་ལ་སྤྱར་ནས་གསུངས་པ་
 རྟེ་མཁས་པའི་བཞེད་སྒྲུལ་དང་། གོ་དོན་བཅས་ཡོད་ལ་ངེས་པའི་མཆམས་
 སུ་དཔེར་བརྗོད་འགོད་རན་པ་ཡིན་པས་འདི་དག་གི་དཔེར་བརྗོད་འགོད་་
 བར། མི་ཏུའི་ལྷགས་ཐ་སྟངས་དབང་ཏུ་གསུམ་ལས།

འདས་པའི་ཐ་སྟངས། ཉེ་སྤྱོད་ང་ཆོ་འཇིན་གྱི་གསར་འཛུགས་

སྐབས་ཀྱི་སྤྱིར་བཏང་གཏོང་སྐབས་དེ།

རྣམ་པར་གསུམ་སྤྱིར་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ནི། ཡི་གེ་དེ་ནང་བཞིན་གྱི་
 དགོས་པ་དང་། དེ་དང་འདྲ་བའི་མི་ཞེས་པ་དང་། དེ་ལས་
 གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཆོགས། །ཞེས་སྐགས་ལྟ་བུ།

ལྷག་བཅས་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ནི། གདན་ལ་འཁོད་དེ་བཞུགས་མལ་ཆོགས་
 འདྲ་ཆོགས་ཞེས་པ་དང་། ས་ལ་བཞུད་དེ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།
 དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་ལས།
 བདག་གི་བའི་དངོས་པོ། ངའི་དབེ་ཆ་དེ།
 བ་རོལ་པོའི་དངོས་པོ། བྱིད་ཀྱི་ཕྱག་གིས་དེ།
 གསང་བའི་དངོས་པོ། ལས་དོན་གལ་ཆེ་དེ།
 བདེན་པའི་དངོས་པོ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།
 ཏུས་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས་ལས།
 འདས་པའི་ཏུས་ནི། བ་མིང་ལ་གསར་གྱི་ཏུས་དེ། ཞེས་པ་དང་།
 མ་འོངས་པའི་ཏུས་ནི། བྱི་མའི་ལ་གསར་སྐབས་དེ་ཞེས་པ་ལྟ་
 བུའོ། །རང་རྒྱུང་པ་ས་སའི་དབེར་བརྗོད།

སྒྲིབ་ཆེན་ཉེར་ལུ་པ།

ཁ་ས་དེ་སྒྲིའི་སྒྲིར་དེ་ཞུས་ཆར་ནས། དེ་རིང་ཙ་བའི་དངོས་པོ་ལྟན་
 རྒྱུ་འཇུག་ལ་མ་བཞུས་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་བཞི་པ་གང་སྒྲིའི་སྒྲིར་...
 བས་འབྲིད་དགོས་པ་རེད། དེ་རིང་ཙ་བ་ལས།

གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རུ། །
 དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་རྒྱུར། །
 བྱི་ལ་བྱུང་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱི་སྤྱོད་གང་ཞེས་པའི་ཐོག་དག་ཡིག་ངག་སྒྲིན་མ་
 སྐྱེས་ཀྱི་བརྗོད་དོན་ནས་ཁ་སྐོང་བར་གནང་བའི་ཅི་ཞེས་པ་དང་། ཇི་
 ཞེས་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་གཉིས་དང་། ད་དུང་རང་གཞན་གཉིས་ནང་ནས་གཞན་ལ་
 གོ་དགོས་པའི་གང་ཟག་གི་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེས་པ་བཅས་ཡོད་དེ་གཞུང་ལས།

ཅི་ཇི་སྤྱོད་གང་སྤྱི་སྤྱོད་ཟླ། །

ཞིག་ཟླ་སྤྱད་འདྲ་ཕྱིར་ལ་ཅི། །

(ཞིག་ཟླ་སྤྱད་འདྲ་ཕྱིར་ལ་ཇི། །)

ཟླ་སྤྱད་ལྟར་བཞིན་སྤྱད་ལ་ཇི། །

སྤྱོད་ཅི་གང་ཟག་གང་ཀུན་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱི་སྤྱོད་ཅི་ཞེས་པ་དེ་ཆོག་གོགས་ཤིག་ཅས་པ་.....
 དང་། ཟླ་ཞེས་པ། སྤྱད་ཅས་པ། འདྲ་ཞེས་པ། ཕྱིར་ཞེས་པ་བཅས་ལ་
 འཇུག་ཅིང་། སྤྱི་སྤྱོད་ཇི་ཞེས་པ་དེ་ནི་གོང་གསལ་ཅི་ཞེས་པའི་འཇུག་པ་དེ་
 དག་གི་ཐོག་ལ་ད་དུང་ཟླ་སྤྱད་ཅས་པ་དང་། སྤྱད་ཅས་པ། ལྟར་ཞེས་པ།
 བཞིན་ཞེས་པ། སྤྱད་ཅས་པ་ནམས་ལ་འཇུག་པ་བཅས་ཀྱི་སྐོར་ལ་དབུར་
 བརྗོད་ཐུག་དགོས་པ་ཡིན་པས། འདི་འདྲ་རེད།

ཅི་ཞིག་ན་ང་ཆོ་འཇོམས་ཏུས་བྱས་ཀྱང་ཅི་ཟླ་ཆང་འཇོམས་མ་ཐུབ་

x °

x

ན་དགོས་དོན་ཅི་སྤྱད་ཐབས་ཤིག་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱས་ནས་ངས་...

x °

x °

པར་དུ་འཇོམས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཅི་ཕྱིར་མི་བྱེད་ཅས་པ་དང་།

x °

ཡང་། ང་ཚོ་སྒྲིབ་སྒྲུང་ལ་འབད་བཅོན་བྱས་ཏེ་ཇི་ཞིག་ན་ལས་

དོན་གོ་འཕེར་བ་བྱུང་མཚམས་ཇི་སྟེ་གསར་འབྱུར་ལས་.....
x °

ཁྱེད་ཀྱི་ལས་དྲུ་རང་འཁྲིའི་ལས་དོན་ཇི་སྟེ་ཁོས་འགན་ལེན་....
x °

དགོས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཅུང་ཇི་ཕྱིར་དོ་ཁྱེད་མི་བྱེད་རང་བྱེད་
x °

རེད། ཅེས་དང་།
x °

ཡང་རིག་པ་འི་གནས་མང་ཇི་སྟེ་མཆིས་པ་རྣམས་ཇི་སྟེ་མཐར་...
x °

ཕྱིན་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བར་དུ་ཇི་ལྟར་གོམ་པ་སྒྲན་སྒྲིས་པ་ཁོང་...
x °

རྣམ་པས་དཀའ་ངལ་འཛེམས་མེད་གནང་བ་ཇི་བཞིན་དུ་བྱེད་
x °

དགོས་ཞེས་སྐབས་ཀྱི་དོན་དག་རྣམས་ང་ཚོས་ཞལ་གསུང་.....
x °

མཐུན་འབྱུར་སྐབས་ཀྱི་ནང་ཇི་སྟེ་དུ་ཞེས་པས་མགོ་བྱངས་ཏེ་
x °

ཡང་ཡང་འདོན་གནང་མཛད་དགོས་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་
དང་།

སུ་ཞེས་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཞན་ལ་འཇུག་པ།

ས་སྒྲིགས་པ་གིར་སྒྲིགས་པ་སུ་ཞིག་འདུག ཁོ་རང་རྣམ་པ་སུ་

དང་གང་འདྲ་རེད། སུ་ཞིག་ཡིན་མིན་ད་ལྟ་ཤེས་མ་བྱུང་།

སུ་འདྲ་ཡིན་ཀྱང་ང་ཚོའི་སྒྲིགས་པ་རེད། ཅེས་དང་།

.

ཡང་། གང་ཞེས་པ།

གང་ཞིག་འཇིན་ལྟ་འདི་རུ་ཡེབས་མཁན་རིགས། །

x °

གང་དག་ཚང་མ་གྱིས་བཙུན་གཉིས་ལྟན་རེད། །

x

གང་འདྲ་ཡིན་རུང་ཡན་ཚུན་སྒྲིབ་རེས་ཀྱིས། །

x °

དཀྱིལ་པ་གང་ལའང་སྒྲིབ་དག་གཏོང་མི་ཉན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

x °

རང་སྒྲིབ་པ་སྤྱི་ལོ་དཔེར་བཞིན།

སྒྲིབ་ཚན་ཉེར་རྒྱལ་པ།

ལྟ་བུ་རྣམ་དུ་འབྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་སྒྲིབ་ནས་
འཁྲིད་དགོས་པ་རེད། དེ་ལའང་སྒྲིབ་མར་བདག་སྒྲིབ་ཞེས་པའི་གོ་བ་ལེན་
སྤངས་དང་། དེ་ནས་བདག་སྒྲིབ་དང་མིང་མཐའི་པ་བ་གཉིས་ཀྱི་དུའི་འབྱེད་
གཏོང་ལུགས། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་བཅས་པ་རེས་དགོས་པ་ཡིན།
བདག་སྒྲིབ་འཇུག་ལུལ་ནི། རང་དང་། བདག་དང་། གང་ཟག་གསུམ་
དོན་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྒྲིབ་གསུམ་ལྟན་ཞིག་དགོས་པ་རེད། སྒྲིབ་གསུམ་ལྟན་
ཞེས་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་། རག་གི་སྒྲིབ། ཡིད་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་གསུམ་པ་དེ་
རེད། ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་ལུས་ཀྱི་ལས་བསགས། རག་གི་སྒྲིབ་ནས་རག་གི་
ལས་བསགས། ཡིད་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ལས་གསལ་གི་ཡིད་ཅིང་། བདག་

ལྷ་མི་རི་མ་འཆིན་དེ་རི་མ་ལ་ན་རི་ཡོད་པའི་པོ་པོ་མ་གསུམ་དང་། ན་རི་
མིང་པའི་པ་པ་མ་གསུམ་པཅས་ལ་སྐབས་འགར་བ་བྱུང་ལ་རྩ་འཁོད་དགོས་
པ་ཞིག་ཡོད། བདག་ལྷ་འཆུག་ལུ་ལ་རྩ་ག་པོ་དེ་འཆུག་ག་ཞིག་དང་ཐག་མ་
ཡིན་པ་ན་མས་ལ་ལྷ་རྩ་པའི་སྐབས་མིང་མཐའི་པ་པ་ཞེས་ཟེར་དགོས། འདྲ་
ལྷ་རྩ་ག་རྩ་ལས།

ན་རྩ་ཡོད་མེད་པ་པ་མ།

བདག་པོ་ལྷ་མོ་ག་དེ་ན།

བ་མ་ས་དང་དྲག་མཐར་པ།

ང་ལ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ།

བདག་ལྷ་ཡར་གྱུར་བ་དང་ནི།

ཆ་ལ་པ་ཉིད་སྒྱུར་བ་ལེགས།

མིང་མགྲི་པ་བའང་ཕལ་ཆེར་འདྲ།

མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་ཕྱུར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤུང་ཅུ་པའི་སྤྱིར་པའི་གཞུང་དོན་སྤྱི་ལུགས་
 དང་འབྲེལ་པའི་དཔེར་བརྗོད་འགོད་པར། བདག་སྤྱི་རྒྱུ་འཇུག་ག་ད་
 བ། བ་མ་ས་དང་ད་ཏུག་གི་མཐར་བདག་སྤྱི་པོ་དང་། བ་གཉིས་ཁྱད་
 མེད་དུ་འཇུག་པ།

ཕྱིན་པའི་བདག་པོ་དང་། ལ་ཁའི་ཇག་པ། ག་མཐར་པོ་དང་།

ག་མཐར་པ་སྐྱར་བ།

ཉམས་དྲུག་པོ་དང་། མ་མ་རྒྱུད་པ། ད་མཐར་པོ་དང་། ད་
x o x o

མཐར་པོ་སྐྱར་བ།

རྒྱ་ཚོ་ཞུ་པོ་དང་། བསྐྱེད་པ་ཞུ་པ། ན་མཐར་པོ་དང་། ན་
x o x o

མཐར་པོ་སྐྱར་བ།

མི་ཉྱེད་པོ་དང་། སྐྱ་ཚབ་པ། བ་མཐར་པོ་དང་། བ་མཐར་པོ་
x o x o

སྐྱར་བ།

ཁ་འཇམ་པོ་དང་། སྐྱེས་ལུ་དམ་པ། མ་མཐར་པོ་དང་། མ་
x o x o

མཐར་པོ་སྐྱར་བ།

གཟུགས་མཛེས་པོ་དང་། མཁས་པ། ས་མཐར་པོ་དང་། ས་
x o x o

མཐར་པོ་སྐྱར་བ།

རིག་པ་སྐྱར་པོ་དང་། གར་པ། ར་མཐའི་བྲག་མཐར་པོ་དང་།
x o x o

པ་སྐྱར་བ།

རང་སྐྱོང་པ་སྐྱོང་པོ་དང་།

ཡང་རྒྱུ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ར་ལ་མཐའ་མཐའ་ལ་བདག་སྐྱོང་པ་ལ་ལ་

ཐུར་ན། བ་དང་པོ། བདག་སྐྱོང་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་དང་པོ་གཉིས་སྐྱར་ན་

ལེགས་ཞེས་གསུངས་པའི་སྐྱོང་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་

ཡང་རྒྱུ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་ཐུར་ན་པ་ལ་

1 2 3 4 1 2 3 1 2 3
གཟུགས་གཞི་ཐང་པོ་དང་། མི་རྒྱུད་པོ། ཉམས་རྒྱུད་པོ་དང་།
x o x o x o

1 2
རྩྭ་པ། ར་མཐའི་བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་པོ་དང་། ཀ་ལ་པོ།

x °

ཡང་ཡ་ལ་བ་དང་། ཀ་ལ་པ་སྐྱར་བ།

1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3
ཉི་པོ་དགའ་པོ་དང་། ཡན་པོ་མདའ་བ་དང་། རྒྱ་མདའ་བ།

x °

x °

x °

ལ་མཐའི་བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་བ་བྱེད་ལ་དང་། ཀ་ལ་པོ། ཡང་།

ཡ་ལ་བ་བྱེད་ལ་དང་། ཀ་ལ་པ་སྐྱར་བ།

1 2 3 4 1 2 3 1 2 3
རྒྱ་ཀ་མཆོར་པོ་དང་། མི་འཕྲོར་པོ། མིག་ཞུར་བ་དང་།

x °

x °

x °

1 2
གྱུར་པ། ར་མཐའི་བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་པོ་དང་། ཀ་ལ་པོ།

x °

ཡང་། ཡ་ལ་བ་བྱེད་ལ་དང་། ཀ་ལ་པོ་སྐྱར་བ།

1 2 3 1 2 3 4 1 2 3
མི་དལ་པོ་དང་། སེམས་ཅུ་འཁོལ་པོ། སྒོ་གསལ་བ་དང་།

x °

x °

x °

1 2
ཀ་ལ་པོ། ལ་མཐའི་བདག་སྐྱ་ཡ་ལ་པོ་དང་། ཀ་ལ་པོ།

x °

ཡང་། ཡ་ལ་བ་བྱེད་ལ་དང་། ཀ་ལ་པ་སྐྱར་བ།

1 2 3 1 2 3 4 1 2 3 1 2
ཁ་བདེ་པོ་དང་། ལག་པ་བདེ་པོ། སེ་ར་བ་དང་། ཉི་པ།

x °

x °

x °

x °

མཐའ་མེད་གྱི་བདག་སྐྱ་ཡ་ལ་པོ་དང་། ཀ་ལ་པོ། ཡང་།

ཡ་ལ་བ་བྱེད་ལ་དང་། ཀ་ལ་པ་སྐྱར་བ་བཅས་ཡིན།

རང་སྐྱུང་པ་སྐྱ་མའི་དཔེར་བརྗོད།

དེ་མིན་ན་རྩ་ཡིད་པའི་མོ་དང་། ན་རྩ་མེད་པའི་མ་གཉིས་ངེས་མེད་
ཞུགས་དང་སྐྱར་ཆོག་པ་ལས་སྐྱ་སྐྱར་དང་མཐུན་པའི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

བདག་མོ་དང་། ཏྲ་རག་མ། ག་མཐར་མ་སྐྱར་བ་དེས་མཆོན་ནས་
x ° x °
ཤེས་བྱུང་པར་བྱ།

ཚད་མོ་དང་། རྟོད་མ། ཆུན་མོ། ཤེས་ལྡན་མ། དཀའ་བྱུང་
x ° x ° x ° x ° x °
མོ་དང་། ཇི་ཆབ་མ། ཁམ་མོ་དང་། ལྟ་ལྟ་མ་མ། སྤྲ་
x x ° x ° x ° x °
མོ་དང་། མཛེས་མ།

ད་དྲག་གི་མཐར་མ་དང་མ་སྐྱར་བ། རྒྱལ་དམོ་དང་། བསྟན་མ།
x ° x °
གཙང་མོ་དང་། ཆང་མ། མཛེས་དཀའ་མོ་དང་། དགའ་
x ° x ° x ° x °
མ། རྟོག་དཀར་མོ་དང་། དར་མ། བལ་མོ་དང་། བལ་
x x ° x ° x ° x °
མ། ལྟ་མོ་དང་། ཇ་མ།

x x ° x °
རང་སྐྱར་པ་སྤྲོ་སའི་དཔེར་བརྗོད།

འདི་ཡན་ལ་བདག་སྐྱ་དངོས་གཞིའི་གོ་དོན་དཔེར་བརྗོད་དང་.....
འབྲེལ་བ་འབྲིད་ཟིན་ཅིང་། འཇུག་ཡུལ་གང་ཟག་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་
མ་གཏོགས་ཆོག་པུད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་པ་ལ་ཆེར་འདྲ་བ། གཞུང་ལས། མིང་
མཐའི་པ་བའང་པ་ལ་ཆེར་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་མིང་མཐའི་པ་
བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་འབྲིད་ཟིན་པ་ལྟར་གྱི་དཔེར་བརྗོད་ནི།

དཀའ་ལས་ཁག་པོ་དང་། ཀྱི་བའི་ཐག་པ། ག་མཐར་པོ་དང་ག་
x o x o

མཐར་པ་སྐྱར་བ།

སྒྲིང་ས་སྒྲིང་པོ་དང་། མེས་ཀྱལ་གྱི་བསྒྲིང་བ། ད་མཐར་པོ་དང་
x o x o

པ་སྐྱར་བ།

ན་ཚར་ཡན་པོ་དང་། ཀྱང་ལག་གཡོན་པ། ན་མཐར་པོ་དང་པ་
x o x o

སྐྱར་བ།

གྲིག་བྱ་སྐབ་པོ་དང་། གཏན་ལ་ཡབ་པ། བ་མཐར་པོ་དང་པ་
x o x o

སྐྱར་བ།

གིང་སྒྲིང་སྐམ་པོ་དང་། ཀྱན་ཡམ་པ། མ་མཐར་པོ་དང་པ་སྐྱར་བ།
x o x o

སྒྲི་ཆས་ཚས་པོ་དང་། སྒྲི་ཐོས་པ། ས་མཐར་པོ་དང་པ་སྐྱར་བ།
x o x o

སྒྲི་ཆ་དཀོན་པོ་དང་། གཏམ་ཉན་པ། ན་མཐའི་བྲག་མཐར་པོ་
x o x o

དང་པ་སྐྱར་བ།

ལྷ་སའི་གཙང་པོ་དང་། ཁྲིང་ཆའི་ཁང་པ། ད་མཐར་པོ་དང་པ་
x o x o

སྐྱར་བ།

གདན་དམར་པོ་དང་། ས་ཆ་དམར་པ། ལ་མཐར་པོ་དང་པ་བྱེད་
x o x o

ལ་སྐྱར་བ།

ལྷ་སའི་པོ་དང་། གོས་གསར་པ། ར་མཐར་པོ་དང་པ་སྐྱར་བ།
x o x o

ཉྱ་ཆ་འབལ་པོ་དང་། གཏན་འཁེལ་བ། ལ་མཐར་པོ་དང་།

x °

x °

བ་ཐུང་ལ་སྤྱར་བ།

དུས་ཚད་བདེ་པོ་དང་། འཁྲུག་ཟིང་ཞི་བ།

x °

x °

རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཟོད།

དེས་བདག་སྤྱད་རོས་དང་། མིང་མཐའི་པ་བ་བཅས་ཀྱི་གོ་དོན་

དཔེར་བཟོད་རྣམས་སྤྱད་བཅས་སུ་མ་སང་བར་གཅིག་དང་གཉིས་བྱས་ནས་

འབྲིད་ཆར་བ་ཡིན། རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་

སྤྱད་རོས་དེ་འབྲིད་ཆར་ཅིང་། ད་པན་བྲིད་རྒྱན་ནང་མེད་རྒྱལ་བ་སྤྱད་

ཕྱང་བཅུ་གསུམ་པས་མཇེད་པའི་ཡི་གེའི་མདོ་ནས་ཁ་བསྐྱངས་པའི་བདག་

སྤྱད་རོས་མཐུན་པ་ཞེས་པ་ནས་འབྲིད་ཀྱི་ཡིན། འདི་ལ་རྣམ་གྲངས་གསུམ་

ཡོད། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་འདྲ་རེད། ཅན་ཞེས་པ་དང་། ལྷན་

ཞེས་པ་དང་། མཁན་ཞེས་པ་བཅས་ཡོད་པ་དེ་རེད། འདི་ལ་འང་དཔེར་

བཟོད་འགོད་པར།

ཤེས་ཡིན་ཅན། རྫོང་ལྷན། རྫོས་གར་མཁན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བཟོད།

བདག་སྤྱད་རོས་མཐུན་པའི་ཕྱད་གསུམ་པོ་དེ་ནས། ཅན་ཞེས་པ་

དང་། ལྷན་ཞེས་པ་དང་། མིང་མཐའི་པ་བར་འཁྲུག་པའི་དཔེར་བཟོད་

ནི། དམངས་གཙོ་ལྷན་པའི་ལམ་ལུགས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ།

x

°

ཁུད་ཆོས་ཅན་གྱི་མེས་ཀྱིས་བྱིས་ཆང་ཆེན་པོ།

x

རང་སྤྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

ད་དུང་བྱ་དེ་མ་དང་། ཉ་མོ། འ་མོ་མགས་ཀྱི་མོ་ཞེས་པ་དང་།
ལྟ་དང་། ལྷ། མི། དེ་མིན་མི་འཛི་མིང་ཅང་མ་བདག་སྤྱ་རྒྱུ་མཐུན་པའི་
ཁོངས་སྤྱ་འཛག་དཔྱ་།

ཨོཾ་པ་ཆན་ཉེར་བདུན་པ།

ནུམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་དགག་ཕྱེ་ནས་ཁྱིད་པའི་
མཆམས་ལ་སླེབས་སང་། འདིའི་དུས་གསུམ་སྒྱུར་སྒྲངས་ནི། དགག་བྱ།
འགོག་བྱེད། དགག་པ། ཞེས་སྒྱུར་དགོས་པའི་ནུམ་ཀུན་མིང་པལ་ཆེར་ད་
ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་དགོས་ཀྱང་། འགོག་ཕྱེ་ཞེས་བརྗོད་མི་བདེ་བས་མ་
འོངས་པའི་ད་ལྟ་བ་དེ་རྒྱུར་དགག་ནས་སྒྱུར་དགོས་པ་རེད། དགག་ཕྱེའི་
ཆེག་ཕྱད་དངོས་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། གཞུང་ལས།

མ་མི་མིན་མེད་དགག་ཤ་ཤེ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། བཞི་པ་དེ་ནས་མིང་ཚིག་གི་ཤོག་མ་ལ་མ་ཞེས་
 པ་དང་། མི་ཞེས་པ་གཉིས་སྟུར་དཔྱས་པ་དང་། མིང་ཚིག་གི་མཇུག་ལ་
 མིན་ཞེས་པ་དང་། མེད་ཅེས་པ་གཉིས་སྟུར་དཔྱས་ཡིང་། མ་ནི་བར་གྱི་

གསལ་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་དག་འདི་ལ་དགག་སྟུང་འཛིན་དང་། བར་གྱི་
གསལ་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་བཅས། གཞུང་ལས།

མ་མི་ཤོག་མ་མིན་མེད་མཇུག ।

མ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། ।

ཞེས་གསུངས་པའི་སྐར་ལ་དཔེར་བརྗོད་འགྲོད་པར།

དགག་སྟུང་ལས། མ་ཞེས་པ་མིང་ཆོག་གི་ཤོག་མར་སྦྱར་བ།

བག་མེད་ཀྱི་སྦྱད་ངན་རིགས་གཏན་ནས་མ་བྱེད། ཅེས་པ་དང་།

དགག་སྟུང་ལས། མི་ཞེས་པ་མིང་ཆོག་གི་ཤོག་མར་སྦྱར་བ།

གཞན་ལ་གཉའ་གནོན་དང་བཤུ་གཞོག་གི་ལས་ཀ་བྱེད་མི་ཆོག

ཅེས་པ། དགག་སྟུང་ལས། མིན་ཞེས་པ་མིང་ཆོག་གི་མཐའ་མར་སྦྱར་བ།

ཁ་སིང་བརྒྱུལ་འགྲེ་རྒྱག་མཁན་དེ་ང་ཚོ་མིན། ཞེས་པ།

དགག་སྟུང་ལས། མེད་ཅེས་པ་མིང་ཆོག་གི་མཐའ་མར་སྦྱར་བ།

ད་གིན་བྱེད་ཡོངས་དུས་ང་ཚོ་བཟད་མེད།

རང་སྦྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

གཞན་ཡང་། དགག་སྟུང་ལས་མ་ཞེས་པ་དེ་མིང་ཆོག་གི་བར་སྦྱར་བ། ལྟ་

མ་ཡིན། མི་མ་ཡིན། ར་མ་ལྷག ཏ་མ་རྟེན། ཕ་མ་བྱེད། རྒྱགས་མ་

ལྷག་ཅེས་སྐགས་ཡོད།

རང་སྦྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

དེ་མིན་མ་ཞེས་པ་དེ་དགག་སྒྲིལ་མ་ཡིན་པའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དང་
 སྒྱུར་བ། ཟ་མ་རྟོག་ས་མ་མདའ། ཉི་མ་ཤར་མ་ཐག་མཇལ་མ་ཐག་
 ཅེས་སྐགས་ཡིན།

རང་སྒྱུང་པ་ས་སའི་དབེར་བཟོད།

འདི་ཡན་གྱི་སྒྲུལ་ཅུ་པ་ཅ་བའི་བཟོད་དོན་ན་མས་འབྲིད་ཆར་བ་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆན་ཉེར་བརྒྱད་པ།

དག་ཡིག་ངག་སྒྲིན་མའི་གཅེས་བཟུས་གྱི་ལཱ་ནས་ཁ་བསྐངས་པར་
 མཛད་པ། རྗེས་འཇུག་ལ་བཟོས་པའི་ཆིག་ཕྱད་ཞིང་སྐགས་ཞེས་ལྟ་བུ་
 ནས་འབྲིད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་ལས།

ཆིག་ཕྱད་ཞིང་སྐགས་ང་ན་མ། |

འ་དང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། |

ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞིག |

ག་ད་བ་དང་ད་དྲག་མཐར། |

ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་ཅེ་ན་ཅིག |

ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། |

ཤིང་ཤིག་ཤེ་འོ་ཤེ་ན་ཤོབ། |

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཕྱད་ལྔ་ཙམ་གཉིས་དང་། བཞི་ཙམ་གཅིག་བཅས་
 ཡོད་པ་དེ་དག་རྗེས་འཇུག་ངེས་པ་ཙམ་གྱི་མཐར་མོབ་ཚུལ་གྱི་དོན་དག་གོ་
 བདེ་བ་བཤད་ན། ཞིང་ཞེས་པ་དང་། ཅིང་ཞེས་པ། ཤིང་ཞེས་པ་གསུམ་
 དང་། ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཅེས་ཞེས་པ་བཅས་ལྔ་པོ་དེ་ཇིག་སྔ་ཕྱི་
 མཚམས་སྐྱར་བའི་ཕྱད་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཅེས་ཞེས་པ་
 གཉིས་པལ་སྐད་དང་སྐྱར་ན། དེ་འདྲ་ཟེར་དང་། འདི་འདྲ་ཟེར་ཞེས་
 པའི་དོན་ཡིན། ཞེའོ་ཞེས་པ་དང་། ཅེའོ་ཞེས་པ། ཤེའོ་ཞེས་པ་གསུམ་
 པོ་དེ་པལ་སྐད་དང་སྐྱར་ན། འདི་འདྲ་ཟེར་གྱི་འདུག་གོ དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་
 འདུག་གོ་ཞེས་པའི་དོན་དག་ཡིན། ཞེ་ན་ཞེས་པ་དང་། ཅེ་ན་ཞེས་པ།
 ཤེ་ན་ཞེས་གསུམ་པོ་དེ་ནི། དེ་འདྲ་ཟེར་གྱི་ཡོད་ན་དང་། འདི་འདྲ་ཟེར་
 གྱི་ཡོད་ན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མོབ་པ་ནི་
 རྗེ་ལྷ་ལུ་བའི་དག་ཡིག་བཟ་མ་རྟོག་ཅེས་པ་དེ་མ་བཙམས་པའི་གོང་དུ་རྗེས་
 འཇུག་ས་མཐར་ཤེས་ཞེས་སྐྱར་སྔོན་ཡོད་འདུག་ཅུང་། ཁོང་གིས་ས་མཐར་
 ཤེས་ཞེས་པ་དེ་ཤེས་རྟོགས་གྱི་དོན་དག་དང་ནོར་སོ་འདུག་པས་ས་མཐར་
 དམིགས་བསལ་ཞེས་ཟེར་དགོས་གསུངས་པ་ལྟར་ད་ལྟོ་བར་ཁྱིད་རྒྱན་དེ་
 རང་ཁྱེད་ས་དག་པར་བྱེད། ཡང་། ཨ་ལ་ཤག་བརྟན་དར་ལྷ་རམ་པས་
 ནི། སྤ་ཡིས་སྤ་ཡི་མིང་མཐའ་དྲངས་དེ་ས་མཐར་ཅེས་ཞེས་སྐྱར་སྔོན་གྱི་
 ལུགས་ཤིག་ཀྱང་འདུག

སྐབ་ཚན་ཉེར་དྲུག་པ།

ཇིག་ཕྱད་ཞིང་སྐགས་ཞེས་པ་ལྟོ་ནང་ནས། ཞིག་ཅེས་པ་དང་།

རིག་ཅེས་པ། ཅིག་ཅེས་པ་བཅས་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན་ཞེས་པའི་གསུངས་
 མཚུག་དེ་མ་ཐག་དུ། རོ་ན་ཡིན་ཀྱང་ཞེས་པའི་སྟེན་ཆིག་མི་མཐུན་པའི་
 ཆིག་གྱུན་སྦྱར་བ། གཞུང་ལས།

རོ་ན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ལྟན་ཅིག་སྟགས། །

མིང་གི་ཆ་དང་མ་ནོར་གཅེས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མིང་གི་ཆ་དང་མ་ནོར་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག
 དེས་ན་(དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞེས་པའི་སྟེན་ཆིག་)མིང་དང་། མིང་གི་ཆ་ཤས།
 མིང་གི་ཆ་ཞེས་པ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་བྱུང་བ་ཞིག་དེས་པར་དུ་
 དགོས་པ་རེད། སྤྱིང་པོའི་བརྟན་དོན་ཁ་ཅིག་(ཞིག་)དང་། ལྟན་ཅིག་(ཞིག་)
 ཅེས་པ་ཅམ་མ་ཟད། ལན་ཅིག་(ཞིག་)དང་སྟན་ཅིག་(གཅིག་) སྟབས་ཅིག
 (ཤིག་) སྟབས་ཅིག་(ཤིག་) ཅེས་པ་སྟགས་ཀྱང་ཡོད་ཅིང་། (མཆན)ད་དུང་
 ཞིག་ཅེས་པ་དང་། ཤིག་ཅེས་པ་གཉིས་ལའང་སྦྱར་གྱི་ཡོད་དེ། འབའ་
 ཞིག་དང་། རེ་ཤིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདི་དག་ལ་དཔེ་བཟོད་འགོད་
 པར།

འདི་སྟོར་ཁ་ཅིག་གིས་ཟེར་དོན་ཞེས་པ་དང་། ང་ཚོ་ལྟན་ཅིག་དུ་

འཇམས་བྱུང་ཞེས་པ། ལན་ཅིག་རྩུང་ལ་གསན་དང་ཞེས་པ།

ད་ལྟ་སྟན་ཅིག་ཉིད་དུ་བྱུག་ཐོབས་ས་ཞེས་པ། སྟབས་ཅིག་ལ་

དོན་གཉིས་འགྲིག་པ་བྱུང་འདུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

སྐབས་ཅིག་ང་ཚོ་འདི་གར་ཡོང་སྐབ་པ་མི་འདུག་ཅེས་པ་ནམས་་་་་

× °
དང་། འབའ་ཞིག་ཅེས་པ་རྒྱང་རྒྱང་གི་དོན་ཏེ། འདི་གར་བོད་

× °
མི་དེགས་འབའ་ཞིག་མ་གཏོགས། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མི་དེགས་སྲུང་ཨ་

× °
ཡོད་ཅེས་པ་དང་།

ཁྱེད་རང་དེ་གིག་སྐྱགས་རོགས་གནང་དང་། ཁོང་མཚུགས་པར་

× °
ཐོབས་ཡོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

རང་སྦྱང་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

སྐབ་ཆན་ལུམ་ཁུ་པ།

ཐེ་པ་དྲུག་པའི་གསུམ་པ་འ་ཡིག་དེ་སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་་་་་
གཉིས་ཀར་འཁྱ་ཞིང་། འ་ཡིག་དེ་སྟོན་འཇུག་ལ་སྦྱར་དུས་འཕུལ་བྱེད་ལྟ་
ཞེས་བྱིས་པ་དག་ཡིག་ནང་གསལ་བ་ལྟར་སྐབས་དེར་སྦྱར་དང་། མ་སྦྱར་
ཁྱེད་མེད་ཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་དང་། མཐའ་རྟེན་ལ་སྦྱར་དུས་དོན་གྱི་མོབ་པ་
ཞིག་མ་དངོས་སུ་འབྱི་སྟོན་ཡོད་མེད་གཉིས་བཅས་ཡོད་པ་དེ། དཔེར་ན།
ལག་པའིས་བྱིས་དང་། རབ་དགའིས་ཆོམས་ལྟ་བུར་དོན་གྱི་མོབ་ཀྱང་།
ཡིག་མོག་ལ་བྱི་སྟོན་མེད་པ་དང་། ད་དུང་མིང་གཞི་ན་དང་འཕྲད་དུས་
ནས་ཞེས་པ་འབྱུང་ཁྱེད་དགར་སྦྱར་བཅས་ཀྱི་ཕྱད་ལ་འཁྱ་བ་གཅིག་དང་།

ཡང་ན་ཨ་གི་གུ་ལིས་ཞེས་པ་བྱེད་སྐྱ་མ་འགྲོ་བ་གཉིས་ལ་དབྱེ་འབྱེད་གཏོང་
དགོས་ཀྱི་འདུག

ཡང་ཐོན་མིས་ཡིག་སྐུལ་ཐོག་མར་གཏོང་གནང་མཛད་དུས། ཡི་
གེ་རྒྱུང་པ་ཆང་མར་འདི་རྗེས་འཇུག་རེ་ངེས་པར་སྐྱར་དགོས་པ་སུམ་ཅུ་པ་
ཅ་པའི་དགོངས་དོན་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྤྱི་མཐོང་དོན་རིང་གི་ཡི་གེ་རྫིང་པ་
ལའང་ངེ་འདྲ་འཁོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྗེས་མངའ་བདག་ཁྱིམ་ལ་སྐབས་
ཀྱི་བཀག་སྟོང་གསུམ་པའི་རྗེས་ཅམ་ཞིག་ལ། བྱ་ལྷན་ཅན་ལ་འཕྲུལ་
སྤངས། །ཞེས་པ། རྟོང་ན་ལྷ་ལྟར་མཛེས་པའི་ཡི་གེ་གསུམ། །ཞེས་པ།
གི་གུ་དང་། འབྲེང་པ། ན་རོ་གསུམ་དང་། འོག་ན་གདན་ལྟར་མཛེས་
པའི་ཡི་གེ་གསུམ། ཞེས་པ། ཞབས་ཀྱ། ཡ་བདགས། ར་བདགས་
གསུམ་ལ་འཕྲུལ་སྤངས་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག དེའི་མཇུག་ལྷ་ལྟ་ལ་
ཆེན་གྱི་སྐུ་ལུས་ནས་བཟུངས་ད་ལྟའི་བར་གཞུང་ལས།

རྒྱུང་པ་འཕུལ་ལ་འཕྲུལ་དགོས། །

གུག་ཀྱེད་བཅེགས་འདོགས་ཅན་ལ་སྤངས། །

ཞེས་འཕུལ་ཅན་ཏེ་སྐྱོན་འཇུག་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་རྒྱུང་པ་ཆང་མར་འཕྲུལ་
སྐྱར་དགོས་པ་མ་གཏོགས། དེ་མིན་གུག་ཅེས་པ་གི་གུ་དང་ཞབས་ཀྱ་
གཉིས། ཀྱེད་ཅེས་པ་འབྲེང་པ་དང་ན་རོ་བཅས་ཡོད་པ་དང་། བཅེགས་
ཞེས་པ་ར་ལ་ས་གསུམ་གྱི་མགོ་ཅན་དང་། འདོགས་ཞེས་པ་ཡ་ར་ལ་ལའི་
འདོགས་ཅན་གྱི་རིགས་བཅས་ལ་འཕྲུལ་སྤངས་དགོས་པ་གསུངས་པས་ན་
དང་སང་བདུ་ཐོ་ཞེས་པའི་དག་ཆར་འཕྲུལ་དང་ལྷ་འདོགས་གཉིས་ཀ་

དགོས་ཀྱི་མི་འདུག

ཡང་། བ་པའི་ཕྱད་ཚིག་ལ་ཕྱ་ལགས་ཞེས་ཀྱི་སྐལ་འདུག་པའི་བ་
འ་མཐའ་ཅན་དེ་འ་འདྲོགས་ཅན་དུ་བསྐྱར་བ་ནི་མཛེས་ཆའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
འདུག་པ་ལྟར་ལེགས་པར་སྒྲུང་།

སྐབ་ཆན་མི་གཅིག་པ།

མཆམས་འདིར་དཔང་ལོ་ལྷ་བ་སྒོ་གྲོས་བརྟན་པའི་གསུང་ཚིགས་་་་
གསུམ་གསལ་བ་ཞེས་པའི་གཞུང་ཞིག་ཡོད་པ་ནས་ཟུར་དུ་བརྟན་ཏེ་ཡི་གེའི་
འབྲུང་ཁྲུངས་དེ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ནས་མདོར་བསྡུས་གྲིག་འཁྲིད་
ཀྱི་ཡིན་ཏེ་དཔང་ལོ་ལྷ་ཚིགས་གསུམ་གསལ་བ་ལས།

དོན་གྱི་རོ་པོ་སྟོན་པ་མིང་། །

དེའི་བྱད་པར་སྟོན་པ་ཆིག །

དེ་གཉིས་བཅའ་གཞིའི་སྐད་ཀྱི་གདངས། །

ཡི་གེ་ཞེས་སུ་བྲགས་པ་འོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། ཚིགས་གསུམ་ཟེར་བ་གང་ཡིན་པས་མ་ན། ཡི་
གེའི་ཚིགས་དང་། མིང་གི་ཚིགས་དང་། ཆིག་གི་ཚིགས་དང་གསུམ་ཡོད་
པ་དེ་རེད། དེའི་ནང་ནས་ཡི་གེའི་ཚིགས་ཀྱི་སྟིང་པོ་བསྡུས་ནས་འཁྲིད་
དགོས་པ་ཡིན་པས། ཡི་གེ་ནི་མཆོན་བྱ་རེད། མིང་ཆིག་གཉིས་ཀྱི་བཅའ་
གཞིར་བྱར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་དེ་ཡི་གེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། ཡི་གེའི་

མཚན་གཞི་ལ་གྱུ་གར་གྱི་སྐད་དང་། གྱུ་སྐད། བོད་སྐད་སྐད་གསུམ་པལ་གྱི་
 ཚེག་པ་རེད། ཨི་གེ་དངོས་ལ་བྱེད་ཚུལ་སྦྱོར་གནས་གསུམ་དང་སྦྱར་དགོས་
 པས་ན་སྐད་གདངས་དེ་ཨི་གེ་དངོས་རེད། ཨི་གེའི་གཟུགས་བརྟན་དེ་ཨི་
 གེ་དངོས་མེད་ཀྱང་སྐད་གདངས་དེ་ཨི་གེ་དངོས་དང་། ཨི་གེའི་གཟུགས་
 བརྟན་དེ་ཨི་དམངས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་རེད། རྩིས་བྱུང་
 འདྲི་དུ་ལྷན་པར་དངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ཨི་གེའི་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཀྱན་སྒྲོང་གཞིས་
 ཨི་གེའི་བརྒྱུད་འདྲི་དུ་གྱུ་བསམ་པ་དེ་རེད།

ཨི་གེའི་ཚུལ་བ་གཞིས་པ་རྒྱུ་ཡིན་ཅིང་། སྦྱར་བྱུང་རྒྱུ་ལ། སྦྱི་
 རྒྱུ་དང་། བར་གྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་བར་གྱི་རྒྱུ་དེ་ལའང་ཅ་
 བའི་རྒྱུ་ལྟ་དང་། ཡན་ལག་གྱི་རྒྱུ་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དྲུག་བརྒྱ་ཡོད་པ་
 རེད།

ཅ་བའི་རྒྱུ་ལྟ་ལས་དང་པོ་སྟག་འཛིན་གྱི་རྒྱུ་གཞིས་པ་སྦྱི་བོ་དང་།
 སྦྱི་ཁ་གཉིས་ལ་གནས་པ་རེད། དེས་མའི་སྟག་འཛིན་པ་དང་། བསམ་
 སྦྱོར་སྟག་མ་དེ་སྦྱི་ཁ་ནས་འཁོར་ཏེ་བརྟག་དབྱེད་བསམ་གཞིགས་ནམས་
 ལྷན་པའི་བར་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་འདུག

གཉིས་པ། མེ་མཉམ་གྱི་རྒྱུ་གཞིས་པ་ནི་མ་བར་གནས་ནས་བཟའ་
 བྱུང་འཆུ་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་རྟོད་སྦྱི་བར་བྱེད་པ་དེ་རེད།

གསུམ་པ། ལུས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་གཞིས་པ་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་
 གནས་ནས་སྦྱུལ་སྦྱོད་ཀྱི་རིགས་དང་། ལུན་འཕྲོ་སྦྱར་འབབས་སྐགས་བྱེད་
 པ་དེ་རེད།

བཞི་པ། སྦྱར་སེལ་གྱི་རྒྱུ་གཞིས་པ་གསང་གནས་ལ་གནས་ནས་ཅ་
 རྒྱུ་འཛིན་པ་དང་། འདྲོར་བ་བཅས་བྱེད་པ་དེ་རེད།

ལྟ་པ། བྱེད་ཀྱི་ཆུང་ཞེས་པ་མགྱིན་པར་གནས་ནས་གཙུག་པོ་སྒྲིབ་
 མ་ཤོད་པའི་ཆུན་དེ་བྱེད་པ་བཅས་ཡིན་པས་ན་ཡི་གེའི་རྩལ་བ་ཆུང་ཞེས་པ་
 ནི་བྱེད་ཀྱི་ཆུང་དེ་རང་ལ་རྩལ་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག།

ཡན་ལག་གི་ཆུང་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དྲུག་བརྒྱ་པོ་ན་མས་ ཅ་པའི་ཆུང་
 ལཱི་ཆ་ཤིས་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉིན་ཞག་རེ་ལ་སྟེ་སྟུག་གཡས་དང་། སྟེ་སྟུག་
 གཡོན་གཉིས་རེས་སྟོས་དང་། སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྟེ་སྟུག་གཡས་གཡོན་གཉིས་
 ཀ་ནས་མཉམ་དུ་རྒྱུ་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་འབྲིང་གསུམ་དུ་
 བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ཡིན་ཅིང་། ཆུང་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དྲུག་བརྒྱ་པོར་གཏོང་
 རྒྱུ་རྒྱལ་བ་བྱེད་ཐེངས་རེ་ལ་ལན་རེ་བཅིས་པའི་ཆར་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དྲུག་
 བརྒྱ་པོ་ཞག་རེ་བཅིས་པའི་སྟོན་ནས་སྒྲུབ་པོལ་ཐོན་པ་དང་། ར་རང་ཆའི་
 ཆེ་ཆད་ཀྱང་དེའི་སྟོན་ནས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་ནི་འཕྲོས་བཤད་ཅུ་ཞེག་
 ཡིན།

ཡི་གེའི་སྟེ་གནས་ལ་བརྒྱད་ཡོད་པ་རེད། བརྒྱད་པོ་དེ་གང་ཡིན་
 ཞེ་ན།

1 2 3 4 5 6
 ཁོག་མགྱིན་ཀན་ས་མཆ་དང་ལྷེ།
 7 12 7 7
 7 8
 སྟེ་པོ་སྟེ་དང་བརྒྱད་དུ་དབྱེ། (མཆན་)

1
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡི་གེའི་སྟེ་གནས་བརྒྱད་ནི། ཁོག་པ་དང་།
 མགྱིན་པ་དང་། ས་དང་། མཆ་རྟ་དང་། ལྷེ་དང་། ལྷེའི་སྟེ་པོ་དང་།
 སྟེ་སྟུག་དང་བརྒྱད་དུ་འབྲེན་པ་ཡིན། དབྱངས་གསལ་སྟུམ་ཅུ་ས་བཞི་པོ་
 དེ་ན་མས་སྟེ་གནས་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གང་དང་གང་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་.....
 སྟུམ་ན། ཁོག་པ་དང་། ལྷེ་གཉིས་ལས་མ་སྟུམ་པའི་ཡི་གེ་མེད་ཅིང་།

མགྲིན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་བདུན། ཀན་ལས་སྐྱེས་པ་བཅུ་གཉིས། མ་ལས་
 སྐྱེས་པ་བདུན། མཆུ་རྟ་ལས་སྐྱེས་པ་བདུན། ལྷའི་སྤྱི་པ་ལས་སྐྱེས་པ་
 གཅིག་བཅས་ཡོད་པ།

དེ་ལ་ཁྱལ་བ་སྤྱི་འབྲེང་བཅུ་གསུམ་པས་མཇུག་པའི་ཡི་གེའི་མདོའི་
 བང་དུ་དེ་འདྲ་གསུངས་གནང་མཇུག་ཡོད་པ་ནི་ཡི་གེའི་མདོ་དེ་ལས།

ཀ་ཁ་ག་ང་འ་ཏ་ཨ། ལྷའི་ཅ་དང་མགྲིན་ལས་སྐྱེ། །

ཨི་ཨེ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་དང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཞ་ཧ་ག་ན་མས། །

ལྷའི་དབུས་དང་ཀན་ལས་སྐྱེ། ཏ་ཐ་ད་ན་ཟ་ལ་ས། །

ལྷའི་ཅ་དང་མ་ལས་སྐྱེ། གྲུ་ཨ་པ་པ་བ་མ་ལ། །

ལྷའི་མཆུ་ལས་སྐྱེ་བ་དང་། ང་ཉ་ན་མ་སྤ་ལས་ཀྱང་། །

ར་ནི་ལྷའི་ཅའི་སྤྱི་པ་ལས། ཤམས་ཅད་ཁོག་པ་ལས་ཀྱང་རྩོ།

ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཏ་ཐ་དང་། པ་པ་ཅ་ཆ་ག་ས་ཨར། །

མགྲིན་པ་མན་གྱི་སྤྱི་མེད་ལ། གཞན་ན་མས་དེ་དང་ལྷན་པ་འོ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། དེས་ཡི་གེའི་མཆན་ཉིད་བྱེད་ཙུལ་སྐྱེ་གནས་
 དང་བཅས་ཞིབ་ཆ་བྱས་ནས་འཁྲིད་ཆར་བ་ཡིན།

(མཆན) ཨང་རྟགས་སྤྱིང་མ་ན་མས་ཡི་གེའི་སྐྱེ་གནས་བརྒྱད་ཀྱི་ན་མ་
 བྱངས་དང་། ཨང་རྟགས་འོག་མ་ན་མས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་རོས་འཛིན་གྱི་
 རྟགས་ཡིན།

སྤྱི་མཆན་མོ་གཉིས་པ།

ཐོན་མིས་བོད་ཡིག་གི་སྤྱི་མཆན་ཐོག་མར་གཏོད་སྐབས་ཡི་གེ་རྒྱང་

པ་ཚང་མར་འདི་རྗེས་འཇུག་ངེས་པར་དུ་རྒྱག་དགོས་ཞེས་གསུངས་པའི་...
ཁྱེད་ཀྱི་སྐུ་མ་ཕུ་པ་ཅ་པ་ལས།

སྒྲོ་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །

མིང་གཞི་ཡི་གེ་གང་ལྟར་པའང་། །

ཉིས་འབྲེལ་ཡོད་དམ་གསུམ་འབྲེལ་ཡོད། །

ལྷ་ཡི་བཞི་ལས་གང་ལྟར་པའང་།

རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། །

མིང་གཞན་སྒྲུབ་པ་ཡོད་མི་སྲིད། །

ཅས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། ལྷ་འཇུག་པ་དང་། ལྷ་འཇུག་པ་
རྣམས་ལ་བཀས་བཅད་གསུམ་པའི་སྐབས་ལོ་པཎ་རྣམས་ཀྱིས་ ཡི་གེའི་རྩིས་
ཡང་བའི་ཆེད་དུ་ད་དག་སྐབས་དང་མཉམ་དུ་བྱིས་པ་མ་གཏོགས། རྣམ་
ཀྱིས་སྐབ་པ་མི་རྒྱུ་འབྲེལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རྗེ་ཞུ་བ་སྐབས་
ཆད་ལྟར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་སྒྲུབ་ལྟར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་སྒྲོ་མའི་བྱིད་འཕྲོས་ལ་བཏགས་ཀྱི་སྒྲུབ་ནས་ཁ་བསྐངས་ཏེ་
བྱིད་ཀྱི་ཡིན། འདི་ལ་ཡི་གེ་རྒྱང་པའི་ལ་བཏགས་ཅན་བཅུ་གསུམ་དང་།
འཕྲུལ་ཅན་དང་འགོ་ཅན། བཅེགས་འདྲགས་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་གསུམ་
བཅས་བཅུ་རྒྱག་ཡོད། དང་པོ་ཀྱ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་པོད་སྒྲུབ་ཡིན། ཁ་
ལ་བཏགས་ཅན་དེ་བྱ་ཁ་ཏ་ལ་འཇུག་པ་རེད། (ཡང་ཁ་ཏ་དང་། ལལ་
ཏ་བ་སྐབས་བསྐབ་བྱ་དང་། བསྐབ་བྱ་རྒྱག་མཁན་ལ་འཇུག་ ལལ་ལྟ་མ་
ནི་ལལ་རས་ལ་བལྟས་ནས་འབྲིས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་མིང་ཡིན།)གྱ་
ལ་བཏགས་ཅན་དེ་ག་དྲི་ར་གྱ་བའི་རྩ་ཅོ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་།
གཡག་གྱ་བ་སྐབས་ལ་འཇུག་ ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་གྱ་དང་། འཇི།

མདོངས་གསུམ་མ་ཞོར་བ་དགོས། འདིའི་འཕྲིན་འདྲ་སྤྲོད་བྱ་དང་།

འཇིག་གྱུ་ཚོས་གྱུ་སྤྲོད་ལ་ལྷ་འདྲ་གས་རྒྱག་དགོས།

ཉ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་རྒྱུ་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེ་དང་ཆུ་ནང་
གི་ཉ་གཉིས་མ་ཞོར་བའི་རྟགས་ཡིན།

དུ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་ཆུ་དུ་བ་ཞེས་པ་མེ་རྟག་གསེར་པ་ཨ་ཁི་འི་ལྷ་
དབྱིབས་ཅན་དེ་ལ་འཇུག་པ་རེད། འདིའི་འཕྲིན་འདྲ་སྤྲོད་བྱ་དང་བྱ། དང་བྱེད།
དངས་སམ། དངས་པ་དང་། དུ་བ་དུ་བྱ། དུ་ལྷ་དུ་བཅས་དང་། ད་
དུང་ཡི་དུགས་དང་། རི་དུགས། གཡུང་(འདི་མི་ལ་འཁོར་བའི་གས)
དུགས། ཚོག་ཐུ་དུགས་ཅན་སྤྲོད་ལ་འཇུག་གི་ཡོད།

ལྷ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་ལྷ་ལྷ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆན་ཡིན་པ་དེ་དང་།
ཆ་གྲང་གི་ཆ་གཉིས་མི་ཞོར་བའི་རྟགས་ཡིན།

ལྷ་མའི་ལྷ་ལ་ལྷ་བཏགས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དང་མི་ལྷ་རིལ་ལ་ལྷ་པོ་
ཟེར་བ་དེ་གཉིས་སྤྲོད་མ་ཞོར་བའི་ཆེད་དུ་རེད།

ཟ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་སྤྲོད་ཟ་པའི་ཟ་དེ་ཡིན་པ་མ་ཟད། འདི་དང་།
ཟ་བྱ། ཟ་བྱེད། ཟས་སམ། ཟས་པའི་དུས་གསུམ་ཅན་གྱི་མ་འོངས་པ་
དང་། ད་ལྷ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་འཇུག་གཞིའི་ཟ་རྒྱུ་པ་དང་མི་ཞོར་བ་ཞེས་
ཀྱང་དགོས་པ་ཡིན།

དུ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་དུ་ཙམ་རིགས་ལ་འཇུག་པའི་
ཁར། སེ་དུ་དང་། ཚོས་དུ། སྤྲོད་དུ། དུ་སྤྲོད། དུ་བ་སྤྲོད་ལ་འང་
ལྷ་བཏགས་རྒྱག་དགོས་ཤིང་། འདི་ཆེ་དང་། ད་ལྷ་གི་ར་རྒྱུ་པ་
གཉིས་མ་ཞོར་བ་བྱེད།

ལྷ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་སྤྲོད་ལྷ་ལྷ་ནང་ཆན་ལྷ་བ་ལ་བྱི་སྤྲོད་ཡོད་པས།

ཁམ་ལ་དང་། ལུ་པ་ལ་གསལ་ལ་དག་ཆ་འདི་རྒྱག་དགོས། ལ་ལ་
བཏགས་ཅན་འདི་ཆ་དང་། ལ་དང་ཁྲུང་གི་ལ་རྒྱང་པ་གཉིས་ལ་དབྱེ་
འབྱེད་གཏོང་དགོས།

ལུ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་རི་དྲགས་ལུ་བ་དང་། ལྷ་ར་ལྷ་མ་ལུ་ལྷ་
དཀར་ནག་ཅེས་པའི་ལུ་ལ་ལ་བཏགས་རྒྱག་སྤྱོད་ལྷ་ལ་འདྲུག་ཅང་། དེང་
དུས་ཤོ་ཞེས་ན་རྩ་ཅན་དེ་རྒྱག་གི་འདྲུག་ འདི་དང་། ལུ་ལྷ་ག་གི་ལུ་
གཉིས་མི་ནོར་བ་དགོས།

ལུ་ལ་བཏགས་ཅན་དེ་རྒྱ་གར་སྐད་ཀྱི་ལོ་སྤྱི། ཞེས་པ་དང་།
ཐོན་པའི་ལུགས་སྤྱོད་ལ་བཟང་པའི་ལུགས་རང་སྤྱོད་ལ་བཟང་སྤྱོད་དང་།
ལྷ་རྒྱལ་གཏོང་སྐབས་སྤྱོད་དང་། གཞུས་ཀྱི་ནང་དུ་འདྲུང་། ལུ་ལ་ལ་ཞེས་
ཟེར་བ་ཐོན་པའི་ལུགས་སྤྱོད་ལུགས་པ་རྣམས་རང་འཇགས་བཟུང་བ་དེ་.....
ཆོར་སྤྱོད་ལུ་བཏགས་ཅན་དེ་རྒྱག་དགོས། ལུ་ལྷ། ཞེས་པ་ཐོད་སྐད་དུ་
བཟུང་ན་བདེ་ལུགས་སྤྱོད་ལྷ་རྒྱལ་ཅིག་ཅེས་པ་རེད།

རྒྱ་ལུ་བཏགས་ཅན་དེ་རྒྱགས་ཞེས་པ་ཤེལ་ཀ་ར་ལི་མིང་ཡིན་པ་ནི་.....
ལུ་སྐད་འགར་ཤེལ་ཀ་ར་ལ་རྒྱགས་ཀ་ར་ཞེས་ཟེར་སྤྱོད་ལ་དེ་དང་།
དེང་སྐབས་ཀྱང་རྒྱ་མི་དམངས་སྤྱོད་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཅེས་པའི་ཀྱང་རྒྱའི་རྒྱ་ལ་
ལུ་བཏགས་འགོད་སྤྱོད་ལ་དེ་རེད།

འགོ་ཅན་གྱི་ཁོངས་ནས་རྒྱ་ལུ་བཏགས་ཅན་དེ་མེས་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཁ་
དང་། རྒྱ་གཉེར། རི་རྒྱ། ལྷ་ར་རྒྱ་སྤྱོད་ལ་རྒྱག་སྤྱོད་ལ་ནི་ལུས་
གྱི་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལའི་ཅ་རྒྱུང་པ་དང་མི་ནོར་བའི་ཆེད་དུ་རེད།

ད་དུང་འཕུལ་ཅན་གྱི་ཁོངས་ནས་བཟུང་ལྷ་དང་། བཟུང་བཟུང་གཉིས་
ལ་ལྷ་དུས་ལུ་བཏགས་འགོད་སྤྱོད་ལ་དེང་སྐབས་ན་རྩ་ཅན་གྱི་འཕུན་

(ཐུན)འདུག

འདྲགས་ཅན་གྱི་ཁོངས་ནས་ཕྱ་ལ་བརྟགས་ཅན་ཞིག་བྱང་འདུག་པ་
ནི་ཐོད་འདིར་ཐུར་དུས་ཐོན་ལུགས་ཤས་ཅེ་པའི་ཕྱ་དང་། གཡང་ཞེས་པ་
དང་། ཕྱ་ཁྲ་ཡི། གཡང་ཁྲ་ཡི་ཞེས་ཐོན་པའི་བརྟ་སྐད་དེ་ཡིན་པ་ས་
ཟད། མ་ཕྱའི་ཕྱ་ལའང་ལ་བརྟགས་བཞུད་སྒྲིལ་ཡོད་ཅུང་། དེར་དུས་མ་
ཅ་དང་། སྒྲིག་ཅ། སྒྲིགས་ཅ་སྒྲིགས་ལ་ཅ་ཡིག་རྒྱང་པ་དེ་གི་སྒྲིལ་
འདུག་པ་བཅས་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆེན་མོ་གསུམ་པ།

ཉིར་མཁོའི་ཁ་སྐྱང་གསུམ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ལ་སྐད་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་།
གི་འདུག་པ་དེ་ཐོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན། ལེའུ་ཞེས་ཟེར་བ་རེད། ལེའུ་
དང་། དུམ་བུ། རབ་བྱེད། སྐབས། བརྟག་པ། རྟག་པ་ཞེས་པ་ན་མས་
དོན་མིང་གི་ན་མ་གྲངས་ཡིན། ཡང་། བཀའ་བརྟན་གྱིས་རྟོང་ན་མས་ལ་
འཁོད་པའི་རྟགས་འདི་ལྟོད་དང་། དེར་སང་འབྲུ་ཅའི་ཡིག་མགོར་རྒྱག་
སྒྲིལ་ཡོད་པའི་རྟགས་རྟུ་འདི་གཉིས་ལ་རིན་ཆེན་སྒྲུངས་ཤད་ཟེར་བ་དང་།
ཡང་། ཡིག་མགོའི་རྟགས་རྟུ་འདི་ལ་སྒྲིལ་ཤད་ཟེར་བ་ཡིན་ཅིང་། ད་དུང་
དབུ་ཅན་གྱི་ཡིག་ཤད་ནང་རྟགས། འདི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་ཐུར་ཤད་
ཅེས་ཟེར་བ་ན་མས་ཀྱང་ཐུགས་ལ་ངེས་དགོས།

མཆམས་འདིར་རྒྱ་གར་གྱི་པན་ཏི་ཏ་སྤྱི་ཏི་རྟ་ན་ཀརྱི་ཞེས་པ་ནས་

རྟོན་གཉི་ཉི་ཞེས་པ་པོད་སྐད་ཏུ་བསྐྱར་ན་ཡེ་ཤེས་བྱགས་པ་ཟེར་བ་ ཡིན།
 དེས་སྒྲ་མ་ནོར་བཟང་བྱགས་པ་ལས་གསལ་ཏེ་སྒྲ་མ་གཞིན་ལྷ་བྱགས་པ་འི་
 རྟོན་ཏུ་བཅུམས་པ་ལ་བྱགས་པ་ནམ་གསུམ་འཛུམས་པ་འི་བསྐྱར་བཅས་སྒྲ་
 སྒྲ་མཚན་ཆ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཁོང་གིས་རང་འབྲེལ་ཞིག་ཀྱང་བཅུམས་
 པའི་ནང་གི་ཆོག་སྐད་སྒྲ་ལ་བརྟག་དབྱད་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དཔང་ལའི་
 ཆོགས་གསུམ་གསལ་བར་གསུངས་ཡོད་ཏུང་། བའི་འཇུག་པ་བཅུ་བཞི་
 དང་། ལའི་འཇུག་པ་བཅུད་ཅེས་པ་འདི་དག་ཉེར་མཁོའི་གནས་སུ་འདུག་
 པའི་ཁར། སྒྲ་མ་བྱགས་ནམས་ཀྱི་འབྲིད་དགོས་པའི་བསྐྱལ་མ་གནང་བ་
 ལྟར་བྲིད་པར་བྱེད་པ་ལ། སྒྲ་སྒྲ་མཚན་ཆ་ལས།

༡ བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན།

༢ དམིགས་ཀྱི་འབྲེད་དང་ཀྱི་མཚན་དང་།

༣ ཀྱི་མཚན་དོན་གྱིས་བསྐྱར་པ་དང་།

༤ ལས་དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་།

༥ བྱི་ཆོག་དེ་གཞན་སྐགས་སྟོན་དང་།

༦ རོས་པར་དཀའ་བ་ཆག་འཛིན་ལས།

༧ བྱི་ཆོག་རེས་པར་བྱེད་པ་དང་།

༨ དེ་ལས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དང་ནི།

༩ འགལ་བའང་མི་འགལ་སྟོན་པ་དང་།

སྒྲིབ་དང་འདྲི་དང་ཐེ་ཆམ་གཞི།

།

11 12 13

ཆེ་སྐབས་རྒྱལ་ལ་འདྲི་མཐོང་ངོ་།

།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

ལའི་འཇུག་པ་བརྒྱད་ནི། སྤྲོ་སྤྲོ་ལས།

ལ་ནི་གཉིས་པ་བཞི་པ་དང་།

།

1

2

བདུན་པ་སྤྱད་དང་སྤྱུར་བ་དང་།

།

3

4

5

སྒྲིབ་དང་ཆད་འཛིན་གཞི་དང་ནི།

།

6

7

ཆེ་སྐབས་དག་ཏུ་འདྲོད་པ་ཡིན།

།

8

ཞེས་པའི་རྩ་ཆོག་ལ་འདྲི་སྤྲོ་འཛིན་གནང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་འཇུག་པ་དེ་དག་གི་གྲངས་འདྲིན་དང་། གོ་དོན་དཔེར་

བརྗོད་བཅས་ཁ་གསལ་དུ་བཏང་ནས་ཁྲིད་གྱི་ཡིན་པས།

དང་པོ་གྲངས་འདྲིན་ལས། ནའི་འཇུག་པ་བརྒྱ་བཞི་དང་པོ་

དམིགས་གྱིས་འབྱེད་པ་ལ་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་གཞུང་འཇུགས་པ་

དང་། གལ་འཇུགས་པ་ཞེས་པ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་རེད།

ནའི་འཇུག་པ་བརྒྱ་བཞི་གཉིས་པ་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་ལ་ནང་.....

གསེས་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། མཚན་མ་དང་འབྲེལ་བ་

ཞེས་པ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།

ནའི་འཇུག་པ་བརྒྱ་བཞི་གསུམ་པ་རྒྱ་མཚན་དོན་གྱིས་བསྟན་པ་.....

དང་། བཞི་པ་ལས་སྤྱད་བུ་བུ་ལྔ་པ་དགོས་ཆེད། ཏུག་པ་རྟེན་གནས།

བདུན་པ་ཕྱི་ཆིག་དེ་གཞན་སྐྱེས་སྟོན་པ། བརྒྱད་པ་འོས་པར་དཀའ་བ་
 ཆག་འཛིན་ལས། ཕྱི་ཆིག་ངེས་པར་བྱེད་པ། དགུ་པ་དེ་ལས་བསྐྱོད་པ།
 བརྒྱ་པ། འགལ་བའང་མི་འགལ་བར་སྟོན་པ། བརྒྱ་གཅིག་པ། སྟོན་པ།
 བརྒྱ་གཉིས་པ་འདྲི་བ། བརྒྱ་གསུམ་པ་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་གཞི། བརྒྱ་བཞི་པ།
 ཆོ་སྐབས་བཅས་ཀྱི་གྲངས་འདྲན་ཀྱི་ཆིག་རྟིང་པ་སྟུང་སྟེ་རང་འབྲེལ་ནང་་་་
 ཡོད་པ་དེ་གཞི་ལ་བཞག་ནས་ཆིག་གསར་གོ་བདེར་བསྐྱར་ནས་དཔེར་་་་་་་་
 བརྒྱད་འགོད་རྒྱ་ཡིན་པས། དཔེར་བརྒྱད་ཀྱི་སྟོན་ནས་ཆིག་གསར་རྟིང་
 གཉིས་ལ་བརྟག་དབྱེད་གནང་དགོས་པ་དེ་དག་གི་དཔེར་བརྒྱད་འགོད་་་་་་་་
 སྐབས། བཞི་འཇུག་པ་བརྒྱ་བཞི་དང་པོ་དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་པ་ཞེས་
 བར་དམིགས་བསལ་གྱིས་འབྱེད་པ་ཞེས་གསར་དུ་བསྐྱར་པ་དེ་ལ་གཞུང་་་་
 འཇུགས་པ་དང་། གལ་འཇུགས་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་གཞི་རྟིང་པ་དེ་ལ་དོན་
 དག་ཆང་ཞིང་གོ་བདེའི་བསྐྱར་བཅས་བཏང་སྟེ་སྟངས་ཆའང་གཞུང་གི་འགོ་
 འཇུགས་པ་དང་། མཇུག་བསྟུ་བ། དཔེས་མཚན་པ་བཅས་གསར་དུ་
 བསྐྱར་པ་ཡིན།

གལ་འཇུགས་པ་ཞེས་པ་དེ་ལའང་རྩོད་ལན་རྒྱག་པ་དང་། གལ་ཆེ་
 བཅས་ཏན་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་ཁ་གསལ་དུ་བཏང་བ་བཅས་ལ་དཔེར་བརྒྱད་་་་
 རིམ་པ་བཞིན་དུ་འགོད་པར།

གཞུང་གི་འགོ་འཇུགས་ནི། སྐྱང་ཞིག་ཤོད་རྒྱལ་བྱེད་ཟེར་དུས།

འོ་ན། ངས་སྐྱང་གཅིག་བཞད་ཆོག

མཇུག་བསྟུ་བ་ནི། མདོར་བསྟུ་ན་ཞེས་པ་དང་། མདོར་ན་ཞེས་པ།

དཔེས་མཚན་པ་ནི། དོན་དག་འདི་ལ་དཔེ་ཞིག་མཚན་གྱི་ཡོད་ན་

ཞེས་པ་དང་། དཔེར་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ་གལ་འཇུགས་པའི་ནང་ཚན་ཚྭ་ལན་གྲག་པ་ནི། བྱིད་
དེ་འདྲ་གསུང་གི་ཡོད་ན་ཞེས་པ་དང་།

གལ་ཆེན་ནན་ཏན་དང་འབྲེལ་བ་ནི། སྤྱང་བརྩོན་ལ་དོ་གལ་མ་
བྱས་ན་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་ཏུ་ག་ནས་ཐོན་བྱལ་གྱི་རེད། ཅེས་
པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ནའི་འཇུག་པ་གཉིས་པ་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་
པོ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། རྒྱ་ཡོན་ཏན་མ་སྤྱངས་ན་མཁས་པ་

ག་ནས་ཡོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ། མཚན་མ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། རྒྱ་ཡིག་དང་། རིག་
གནས་གསར་རྒྱུང་ཆང་མ་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱི་

མཚན་ཐོན་གྱི་རེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

ནའི་འཇུག་པ་གསུམ་པ་རྒྱ་མཚན་དོན་གྱིས་བསྟན་པ་ནི། ངལ་
ཚུལ་ཡག་པོ་བྱེད་བྱལ་ན་མི་དམངས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་མི་ཡོང་

པའི་ཐབས་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ནི། ང་ཁྱང་བྱིར་ལྟ་ས་འདིའི་ནང་ན་བསྟན་

རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་།

ལྟ་བུ་དགོས་ཆེད་ནི། ས་ཞིང་གསར་སྐྱེལ་བྱས་པ་དེ་ན་སོན་གདབ་

དགོས་ཡོད། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
དུག་པ་ཉིན་གནས་ནི། དེང་དུས་མེས་ཀྱི་ལ་ན་གང་ཅི་འཕར་ཀྱས་

བྱ་ཚོད་འཕུར་བ་ནང་བཞིན་འདུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
བདུན་པ། ཕྱི་ཆིག་དེ་གཞན་སྐགས་སྟན་པ་ནི། ང་ཚོ་དོ་དགོང་ཚོག་
བརྟན་བརྟན་གྱི་བྱས་པ་ཡིན་ནའང་། ཀྱལ་སྤྱིའི་ཞབས་ཤོར་གྱི་གྱི་

ཡིན་འདུག་ ཅེས་པ་དང་།

བརྒྱད་པ། འོས་པར་དཀའ་བ་ཆག་འཛིན་ལས་ཕྱི་ཆིག་ངེས་པར་བྱེད་པ་
ཞེས་པར་གཞི་མི་འོས་པ་ཞིག་ལ་ཆག་བཞག་ བས་ཕྱི་ཆིག་གི་དོན་
དག་དེ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ནི། ལྷ་མོ་དེ་ཀླང་པར་བྱོན་དགོས་ན།

ལྷ་མོ་གི་འདིས་ག་རེ་བྱེད་གྱི་རེད། ཅེས་པ་དང་། དུད་འགྲོས་
སྐད་ཆ་གོད་གྱི་རེད་ན། མི་ཟེར་མཁན་དང་གཅིག་གི་རེད་དམ་

ཅེས་དང་།

དགུ་པ། དེ་ལས་བསྐྱོད་པ་ཉིད་ཅེས་པར་ཁ་གསལ་གོ་བདེར་བྱས་ན་འོས་

ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་ཆག་བཞག་བས་ཕྱི་ཆིག་གི་བརྗོད་བྱ་དེ་འཇུག་མི་
སྤྱད་པའི་དབང་བཞོད་ནི། བྱ་རིགས་ཚོ་གནས་ལ་འཕུར་གྱི་རེད་
ན། བྱིས་གནས་ལ་འཕུར་ཞེ་ཡོང་ཞེས་པ་དང་། ཡང་ལག་པས་ཡི་

ག་བྱི་ཐུབ་གྱི་རེད་ན། ཀླང་པས་ཡི་ག་འབྱི་ཐུབ་གྱི་རེད་དམ་ཞེས་
པ་དང་།

བཅུ་པ། འགལ་བའམ་མི་འགལ་བར་སྟོན་པ་ཞེས་པ་གོ་བདེ་པོ་བྱས་ན།

སྤྱར་གཞི་གཅིག་ལ་སྤྱར་དུས་འགལ་བ་ཡིན་ཅུང་། དེ་གཞི་གཞན་

ཞིག་ལ་སྤྱར་དུས་མི་འགལ་བར་སྟོན་པ་ནི། བགས་ཆག་དེ་ཅུ་

བཀལ་དུས་བདེ་པོ་མེད་ནའང་གནས་གང་དུས་འཕྲད་པོ་ཡང་ཞེས་

དང་། ཆ་བ་ན་དུས་ག་ཆང་མི་འཕྲད་པ་ཞིག་ཤིང་ན། བད་མེད་

སྐབས་སུ་སྟོབས་ལ་ཡན་པ་ཞིག་ཤིང་། ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

བཅུ་གཅིག་པ། སྟོན་པའི་དོན་ནི། ང་ཚོ་སྤྱུལ་རྟགས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་

བྱང་རྟགས་བྱས་ན་ཞེས་པ་དང་།

བཅུ་གཉིས་པ། འདྲི་བའི་དོན་ནི། བའི་འཇུག་པ་བཅུ་བཞི་ཞེས་པ་ཞིག་

གསུངས་འདུག་ན་དེ་དག་ལ་དཔེར་བརྗོད་འགོད་སྟངས་གང་འདྲ་...

ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཅུ་གསུམ་པ། ཐེ་ཚམ་གྱི་གཞི་ནི་དེ་རིང་ནའི་འཇུག་པ་བཅུ་བཞི་པོ་

ཆང་མ་འབྲིད་བྱུང་ཞེས་པ་དང་།

བཅུ་བཞི་པ། ཆོ་སྐབས་ནི་སྟོན་པ་མ་གྲོལ་ན་རྗེང་རྒྱུ་ལྷན་འཕེན་རྟགས་

ཡོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

རང་སྤྱང་པ་སོ་སོའི་དཔེར་བརྗོད།

སྒྲིབ་ཆེན་པོ་བཞི་པ།

ལའི་འཇུག་པ་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་འབྲེན་ལས། དང་པོ་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པ་དང་། གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ། གསུམ་པ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་
པ། བཞི་པ་སྟུང་སྟུ། ལྷ་པ་སྦྱར་བ་སྟེ་ཆིག་སྟེ་མཆམས་སྦྱར་བ།
དྲུག་པ་སྦྱོན་པའི་དོན། བདུན་པ་ཆད་འཇིག་གི་གཞི། བརྒྱད་པ་ཆེ་སྐབས་
བཅས་ཀྱི་གངས་འབྲེན་གོ་དོན་དང་འབྲེལ་བ་རྣམས་ནི་ནའི་འཇུག་པ་དང་་་
མི་འདྲ་བའི་གོ་བདེ་པོ་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་དབུས་བརྗོད་རིམ་པ་བཞིན་དུ་་་་
འགོད་པར་བྱ་སྟེ།

དང་པོ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྟུ་བྱ་བ་ནི། ང་ཆ་ད་རེས་གནས་
གྲུའི་ཐོག་ལ་བསྦྱར་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་།

གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ནི། སྒྲིབ་སྦྱར་གི་རིགས་
མཐའ་དག་ལ་འབད་བརྩན་བྱ་དགོས་ཞེས་པ་དང་།

གསུམ་པ། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་ནི། ཨ་མའི་པང་ལ་བྱ་
ཆད་། ལྷ་མ་ལ་ལྷ་ཞོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་སྟུང་སྟུ་ནི། འདི་མི་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་རིག་པ་ཅན་གྱང་ཡིན།
ཡང་འདི་ཁབ་ཡིན་ལ་ཆོམ་ཡང་བདེ་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་པ་ལྟ་བུ།
དྲུག་པ་སྦྱོན་པ་ནི། སྟུ་གྱ་འདི་གཟུགས་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་
མཆམས་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་ལ་འགྱུར་བའི་རེ་བ་ཆེ་ཞེས་པ་ལྟ་

བྱ།

བདུན་པ་ཚད་འཛིན་གྱི་གཞི་ནི། སྒྲིབ་དེའི་འདི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲིབ་

ཁ་གསུང་འབད་བཅོན་བྱེད་དགོས་པ་རེད། ཅེས་དང་།

བརྒྱད་པ་ཚེ་སྐབས་ནི། སང་ཉིན་ང་ཚོ་བྱ་སྐད་དང་པོ་མ་བརྒྱབ་

གོང་ལ་གཉིད་སད་པ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ།

རང་སྒྲིབ་པ་སྤྱི་མཐོང་དཔེར་བཞིན།

དེས་ལའི་འཇུག་པ་བརྒྱད་ཀྱི་གྲངས་འདྲིན་དཔེར་བཞིན་དང་བཅས་
པ་འཁྲིད་ཆར་སྤང་།

ཞར་བྱང་སྒྲིབ་མཐོང་གཞུང་དོན་ན་ལའི་འཇུག་པ་འདི་དག་གི་ནང་དུ་
དེ་ཉིད་བཞིན་པ་ཞེས་པ་མ་ཐོན་པར་བརྟེན་ན་ལ་གཉིས་པོ་དེ་ཉིད་བཞིན་
པར་མི་འཇུག་ཅེས་བཞེད་སྒྲིལ་འདུག་ཅུང་། སྤྱི་མཐོང་པའི་ཅ་བར། བཞི
པ་དགུ་པ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། །ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་ཚེ་སྐབས་ལ་སྒྲིབ་ཡིན། །
ཞེས་ཆེས་འཇུག་བཞི་པ་ན་དང་། དགུ་པ་ལ་གཉིས་པོ་དེ་ཉིད་བཞིན་པར་
འཇུག་པར་བཞེད་མཁན་གྱང་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པ་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆུང་སྤྱི་ལྟ་བུ།

པར་འདིར་ལེགས་པའི་དཔྱད་སྟེན་དབང་གི་རྒྱང་པ་འཕུལ་ལ་འཁམས་

དགོས། །ལྷག་གྱིད་པཅེགས་འདྲིགས་ཅན་ལ་སྤངས། །ཞེས་པའི་མཚམས་
 གྲུ་ཡི་གེའི་བྱེད་ཚུལ་གྱི་གནས་དང་། ན་ལའི་འཇུག་པའི་སྒྲར་དེ་པཅས་
 ཞིབ་པར་འཁྲིད་པ་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱུལ་ཅུ་པའི་སྒྲིང་པའི་གཞུང་གི་སྤྱུལ་མཐུད་
 དེ་དབུ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཉེར་མཁོའི་ཡིག་ཤད་དགོད་ཚུལ་
 ན་མས་དག་ཡིག་ངག་སྒྲོན་མའི་གཅེས་བསྟུས་ཀྱི་ལུ་ནས་ཁ་བསྐངས་ཏེ་
 གསུངས་པའི་དོན་དག་དེ་ནས་བྲིད་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། གཞུང་ལས།

ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་དང་། །

དོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཉུང་རྫོགས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ནི་གང་ཞིག་བཟོད་གཞིའི་རྫོད་བྱེད་དེ་ཆོགས་བཅད་མ་
 ཡིན་པའི་ཆོག་ལྷག་གང་ཡིན་པ་ལ་ནང་གསེས་ཁག་གསུམ་དུ་དབྱེ་དགོས།

གསུམ་པོ་དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། བཟོད་བྱའི་དོན་དག་མང་པོ་ཡོད་
 པའི་དོན་ཆན་རེ་ལ་མིང་མཚམས་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དང་གཅིག་ དེའི་དོན་
 དག་འབྲིང་ཅམ་དང་ལྷན་པའི་འབྲེད་སྒྲ་དང་གཉིས། དོན་དག་ཉུང་ཅམ་
 གཏོགས་མེད་པ་ན་མས་ཀྱི་རྫོགས་མཚམས་བཅས་ས་སར་དབུ་ཅན་ལ་སྤྱར་
 ཤད་རེ་དང་། དབུ་མེད་ལ་ཡིག་མཚམས་རེ་འཛོག་དགོས་པ་ནི། དེང་
 སང་ཡི་གེ་དཔོད་པའི་སྐབས་སུ་མཚམས་གནང་ཞེས་ཟེར་སྟེ་ཡོད་པ་རེད།
 ཡི་གེ་དཔོད་པ་ཞེས་པར་དུས་གསུམ་སྒྲོར་སྤངས་འདི་འདྲ་ཡིན་འདུག་སྟེ།
 དཔད་བྱ། དཔོད་བྱེད། དཔད་པ་ཞེས་ཟེར་དགོས།

ད་དུང་ཞིབ་ཆ་འབྲེད་དགོས་པ་འདི་འདྲ་ཡོད་དེ། ན་མ་དབྱེ་དང་
 པ། དོན་གྱི་རོ་བོ་སྟན་པ་མིང་། ཞེས་པ་དང་། ལྷག་པའི་དོན་མང་

མིང་མཚམས་དང་། ། ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་མིང་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དག་
 གཅིག་པ་མ་རེད། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་མིང་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཕྱད་དང་། རྣམ་
 དབྱེ་གཞན་དག་འགྲོ་ས་མེད་ཅིང་། ཆོག་པ་ཅད་དང་ཆོག་ལྷག་ཆང་མར་
 སྦྱར་ཆོག་གི་འདུག ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་ཞེས་པ་འདིའི་ནང་
 ཏུ་ཕྱད་དང་། རྣམ་དབྱེ་རིགས་འགྲོ་ས་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་ལྷག་ཁོ་ནར་སྦྱར་
 དགོས་པ་ཞིག་རེད། བརྗོད་དོན་གྱི་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་
 དོན་ཆན་གཅིག་རྣམས་པ་ལ་མིང་མཚམས་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་བོད་གངས་...
 ཅན་པའི་ཁྱད་ཆོས་གིས་ཡོད་པ་ནི་མིང་མཚམས་དེ་དག་རེར་སྐྱེའོ་ཏུ་ས་...
 སྦྱ་ཞིང་ཞེས་པ་དང་། ཅིང་ཞེས་པ་དང་། སྦྱ་ཞེས་པ་བཅས་དང་། ད་
 ཏུང་གཤིས་ཞེས་པ་དང་། བརྗོད་ཞེས་པ། སྦྱ་པས་ཞེས་པ་སྐགས་ཀྱི་ཆོག་
 ཕྱད་སྦྱར་སྔོན་ཡོད་པ་དེ་རེད།

བརྗོད་དོན་གྱི་རིམ་པ་འབྲིང་ཅན་ཡོད་པ་རྣམས་འབྱེད་སྤྱི་ཕྱད་ཀྱི་
 དང་ཞེས་པ་འཕ། གམ་ངམ་དམ་ནམ་སྐགས་སྐབས་བསྐྱུན་གྱིས་སྦྱར་དགོས་
 ཞིང་། བརྗོད་དོན་རེ་གཉིས་ཅན་ལས་མེད་པའི་དོན་དག་ཉུང་བའི་རིགས་
 ལ་དོན་ཉུང་རྣམས་པ་ཞེས་ཟེར་བ་མ་གཏོགས། ཨོ་ལུན་རྣམས་ཆོག་གི་
 ཕྱད་དང་མ་ནོར་བ་ཞིག་དགོས་པ་རེད། དེ་དག་ལ་གོ་བ་ཐེབས་པའི་
 མཚམས་སྦྱ་དཔེར་བརྗོད་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་འགོད་པར།

ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་ནི།

ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མའི་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པར་འདོད་པ་
 དེས་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པ་བྱ། ལྷ་ཞེས་པ་དང་།

དོན་འབྲིང་འབྱེད་པ་ནི་གཟུགས་དང་། (དང)སྦྱ་དང་། (དང)

ཅི་དང་། (དང) རྩ་དང་། (དང) རེག་བྱ་དང་། དང་

ཞེས་པ་དང་།

ཡང་། སྤྱིས་པའམ། (པའམ) བུད་མེད་དམ། (དམ) བྱིས་པ་

ཆུང་དུའམ། (དུའམ) དམན་གར་རམ། (རམ) གས་

འཁོགས་སམ། (སམ) ལྷ་གྲ་དམར་འབྱར་རམ། རམ་

ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན།

དོན་ཉུང་རྫོགས་པ་ནི།

ཆང་པ་ལུན་ཆོགས་ལ་དངུལ་སྒང་ལྷ་སྤྱོད་དགོས་ཞེས་པ་དང་།

སྤྱོད་གསེབ་པ་ནོར་བུའི་ལག་ནས་དངུལ་སྒང་བཞི་དང་ཞེ་ལྷ་

ཡང་རྒྱ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ།

རང་སྤྱོད་པ་ས་སའི་དཔེར་བརྗོད།

སྤྱི་ཆ་ལྷ་སྤྱོད་ལ།

ཁ་སང་གི་འཕྲོས་དབྱ་ཅན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཉེར་མཁོའི་ཡིག་.....

ཤད་འགོད་ཆུལ་གྱི་སྒྲོར་ལས།

ཆོགས་བཅད་ག་མཐར་ཆོག་ཤད་བྱ། །

རྫོགས་ཆོགས་མཐའ་ཅན་ལྷན་པ་དང་། །

ཆོགས་བཅད་ཀྱང་མཐར་ཉིས་ཤད་ཐོབ། །

དོན་ཆན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་། །

ལེའུ་འི་མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་དགོས། །

ང་ཡིག་མ་གཏོགས་ཡིག་ཤད་དབར། །

ཆོག་མེད་དེ་སྐགས་ཞིབ་དུ་འབད། །

ཅེས་གསུངས་པའི་བརྗོད་དོན་ནམས་ལ་གོ་བ་དབྱས་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཐོབས་.....

དགོས་ཀྱི་འདུག་པར་བརྟེན་དཔེར་བརྗོད་དང་སྐྱགས་ནས་སྤྱི་ཡིན།

ཆོགས་བཅད་ག་མཐར་ཆོག་ཤད་བྱ། །ཞེས་པ་ནི། དབུ་ཅན་ཡིན་
ལ། དཔལ་ཆེར་ཆོགས་ཀྱང་བཞི་ལྷན་གྱི་ཆོགས་བཅད་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཆོགས་
ཀྱང་གི་མཐར་དབུ་ཅན་གྱི་ག་ཡིག་འཁོད་ཡོད་ན་གའི་ཡི་གའི་དེའི་མཐའི་...
བཟོ་དེས་ལྷུར་ཤད་ཀྱི་གོ་ཆད་པར་བྱས་ནས་དབུ་ཅན་གྱི་ལྷུར་ཤད་...
གཅིག་གིས་འགྲིགས་ཀྱི་འདུག་པ་མ་གཏོགས། དེ་མིན་ཆོགས་བཅད་ཡིན་
པའི་རིགས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་རེ་རེའི་མཐར་དབུ་ཅན་ལ་ལྷུར་ཤད་གཉིས་རེ་...
འགོད་དགོས་པ་མ་ཟད། དབུ་མེད་ཡིན་ཅུང་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་མཐར་(དབུ་
མེད་ཀྱི་ཉིས་ཤད་ནི་འདི་འདྲ་ཡིན། ཡ)ཉིས་ཤད་འདི་འདྲ་རེ་ལྷན་
དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན།

དེ་ལས་ལྷ་ནི་སྔན་དུ་འང་འཇུག །ཅེས་པ་དང་།

འཇམ་མཁའ་འཕྲིན་ལུ་འཕྲུལ་

ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

འདི་མཉམ་མཁའ་ལ་གྲག་བརྒྱུ་དར་ལྟ་རམ་པས། དབྱ་ཅན་གྱི་ཀ་ཡིག་དང་།
གྲག་ཡིག་གཉིས་ཆིགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མཐར་ཡོད་ན། སྤར་གྲག་གཅིག་གིས་
འབྲུས་ཞེས་གསུང་འདུག

རྫོགས་ཆིག་མཐར་ཅན་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་པ་ནི།

འཕགས་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཅེ་མའི་དབྱུང་རྒྱན་ཞེས་བའི་.....

གསུངས་རྫོགས་ས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་།

ཆིགས་བཅད་རྒྱུ་མཐར་ཉིས་གྲག་ཐོབ། །ཅེས་པ་ནི། ཡིག་
གསུགས་དབྱ་ཅན་ཡིན་ན།

རང་གི་མ་དང་དབྱུང་མེད་པའི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར། སྤར་གྲག་
གཉིས་ཤིང་རྒྱག་དགོས་པ་དང་། ཡིག་གསུགས་དབྱ་མེད་ཡིན་ན།

འཇམ་མཁའ་འཕྲིན་ལུ་འཕྲུལ་

ཞེས་པ་ལྟ་བུར། དབྱ་མེད་ཀྱི་ཉིས་གྲག་དགོས་པ་ཤིང་། (དབྱ་མེད་
ཀྱི་ཉིས་གྲག་འདི་འདྲ། ཡ)

དྲན་ཆན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་། །ལུ་འཕྲིན་མཆའ་ས་སུ་བཞི་གྲག་
དགོས། །ཞེས་པ་ནི།

གཞུང་གི་འབྲེལ་བའད་ལྟ་བུའི་དྲན་ཆན་མང་ཐག་ཆོད་ཡོད་པ་ལ་...
དྲན་ཆན་ཆེན་མོ་ཞེས་ཟེར་སྤོལ་ཡོད་པ་དེའི་ནང་གི་འབྲེལ་བའད་སྤོལ་སྤོལ་ཆ་
ཆང་རྫོགས་པའི་མཆའ་ས་དང་། དྲན་ཆན་དེ་དག་ལུ་དང་སྤོལ་སྤོལ་སྤོལ་སྤོལ་

དོན། མཚམས་སྦྱར། བཀལ་ལན་བཅས་འཆད་ཐབས་ཡན་ལག་ལཱ་སྒྲི་སྒྲི་
ནས་བཤད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་རེད།

ད་རེས་གཞུང་འདིའི་དགོས་པ་ནི། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྣམས་ཤེས་
ནས་མི་དམངས་ལ་ཡན་པོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པ་དེ་རེད། བསྐྱུས་དོན་
ནི་དོན་དག་གི་སྒྲིང་པོ་བསྐྱུ་བ་དེ་ཡིན། ཆོག་དོན་ནི་བརྗོད་བྱའི་ཆོག་གི་
དོན་རྣམས་དཔེར་བརྗོད་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དེ་རེད།
མཚམས་སྦྱར་ནི་ཆོག་དོན་ལྷ་ཕྱི་འབྲེལ་ཆགས་པར་མཚམས་སྦྱར་ནས་བར་
མ་ཆད་པ་དེ་ཡིན། བཀལ་ལན་ནི། གཞུང་དོན་ལ་དབྱེད་ལྷན་གྱི་དྲྀགས་
གནས་དང་། བྲེ་ཆོམ་སྒྲིལ་པ་རྣམས་ལན་གསལ་པོའི་སྒྲི་ནས་ཐག་བཅད་པ་
དེ་བཅས་ཡིན།

འདིའི་ས་བཅད་མདོར་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་ནང་ཆན་བསྐྱུས་དོན་བརྗོད་
པས་མཆུག་བསྐྱུ་བ་ནི། གཞུང་ལས།

ཆོག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱེད་ཤིང་། །

དོན་གྱི་འབྲས་བྱ་གཡུར་བཟུང་བའི། །

ལེགས་བཤད་སྒྲིལ་པའི་དབང་པོ་འདི། །

དབྱངས་ཅན་གྱུབ་པའི་དྲོ་རྗེས་སྒྲིལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེའི་དོན་དག་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རང་ཅག་
སྐུམ་ཏུགས་པ་ཆོས་རྗེས་གྱུབ་འདོད་རྒྱལ་བ་ཞེས་བེད་ཞིང་། ལྷན་ངག་
པའི་ལུགས་སྒྲིལ་བྱས་ན་གཞུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་སྦྱར་བ་སྟེ། ལྷིང་པོ་མེད་
པའི་ཆོག་ལོ་མ་བསྐྱེད་ཤིང་། དོན་དག་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་འབྲས་བྱ་

གཡུར་དུ་ཟ་བ་ཞེས་འབྲས་བུ་སྒྲིན་ན་སྒྲིན་ཆག་ཆག་ཡོད་པ་དང་། ཡང་
 བཤད་སྒྲིལ་ཁག་ཅིག་ལ། གཡུར་གཟར་པའི་ཞེས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པས།
 དེའི་དོན་ནི་འབྲས་བུ་མང་པོ་དུད་ནས་སྒྲུར་དུ་གཟར་བ་སྟེ་དཔེ་ཞིག་གིས་
 མཚན་ན་སྒྲིལ་གྱིས་ཕྲག་པ་གཅིག་དུ་གཟར་ནས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་བཙས་
 ཆིག་ཉུང་དོན་ཆང་འདི་ལ་དཔག་བསམ་སྒྲིན་དབང་གི་མིང་བཏགས་པའམ།
 དེའི་གཞུགས་སུ་བཀོད་ནས་གཞུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་སྒྲུར་བ་འདི་དབྱངས་
 ཅན་བྱུང་པའི་རྩ་རྒྱུས་ཞེས་མཇད་པོའི་མཚན་གསལ་བར་བསྟན་པའི་
 ལེགས་བཤད་སྒྲིན་དབང་གི་ལག་འཁྱིད་དཔེར་བརྗོད་དང་འབྲེལ་བ་ཆ་
 ཆང་འཁྱིད་ཆར་སངས་རྒྱུ་། ། ། །

ཁྱེད་སྒྲིན་ས་པོན་གཟི་བརྗིད་ཅན་དག་ལ། །
 རིག་གསར་སོན་རྒྱན་བཟང་པོའི་མདངས་བརྟན་ཏེ། །
 མད་ཡིག་ཐོག་དུ་དཔེ་དོན་སྒྲུར་བ་འདིའི། །
 ར་འདུན་གཙོ་པོ་སྒྲིན་སྒྲིལ་མཐུན་སྒྲིལ་ཡིན། །
 ཆ་སྒྲུལ་དག་དབང་སྒྲི་བཟང་གིས་བཙམས་པའོ། །

2629

2629

ཕུམ་ཕུམ་ཡི་འདི་ཡོད་ལེགས་པ་འགྲོ།
འོ་ཀློང་ཡི་ཕྱོད་ཀྱི་ལོ།

ཆ་ཕྱེད་ཀྱི་དབང་མེད་ཀྱི་སྐུ་མཆོག་ལ།

ཆེད་

2629

1985